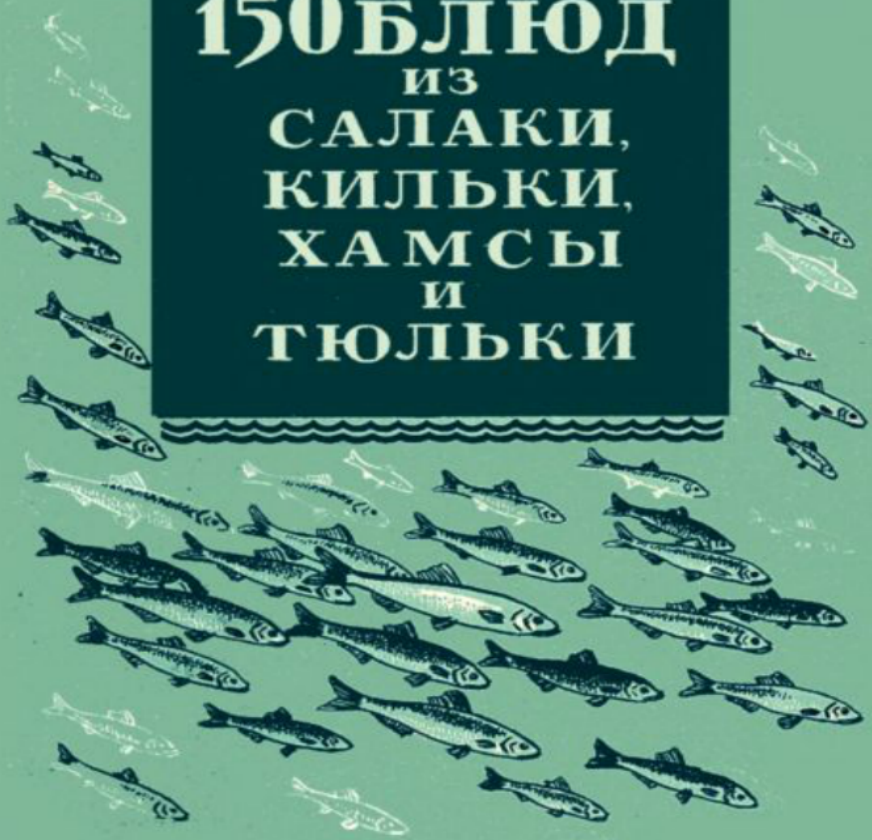
150 БЛЮД ИЗ САЛАКИ, КИЛЬКИ, ХАМСЫ И ТЮЛЬКИ



ГОСТОРГИЗДАТ
1955

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

В брошюре приводится более 150 рецептов и даются способы приготовления различных блюд из салаки, кильки, хамсы и тюльки. В ассортименте имеются различные закуски (салаты, паштеты и др.), супы, в качестве вторых блюд рекомендуется рыба в отварном, тушеном, жареном видах. Используя приведенные рецепты, можно разнообразить домашнее меню, пополнить его новыми блюдами, обладающими большой пищевой ценностью. Брошюра предназначена для поваров предприятий общественного питания и домашних хозяек

- Валентина Трофимова
  - Предисловие
  - Холодные блюда
    -
    - 1. Салака маринованная
    - 2. Салака, килька, хамса или тюлька с горчичной заправкой
    - 3. Салака в уксусе
    - 4. Салака с пряно-уксусной заливкой
    - 5. Салака сушеная пряная
    - 6. Салака, килька, хамса или тюлька маринованные
    - 7. Салака соленая с луком и горчичной заправкой
    - 8. Килька, хамса или тюлька с гарниром
    - 9. Килька, хамса или тюлька с луком и маслом
    - 10. Салака жареная, фаршированная луком
    - 11. Салака в томате
    - 12. Салака с хреном
    - 13. Салака отварная с майонезом
    - 14. Салака, тушенная с маслом
    - 15. Рулеты из салаки с яйцом
    - 16. Рулеты из сушеной салаки с яблоками или огурцами
    - 17. Рулеты из сушеной салаки с яйцом
    - 18. Салат запеченный
    - 19. Салат из сушеной салаки
    - 20. Салат из сушеной салаки с картофелем
    - 21. Салат из копченой салаки с творогом
    - 22. Салат из копченой салаки с картофелем
    - 23. Салат из копченой салаки с картофелем и

яблоками
- 24. Салат из копченой салаки с картофелем и яйцом
- 25. Помидоры, фаршированные салатом из копченой салаки
- 26. Помидоры, фаршированные салакой
- 27. Салат овощной с килькой, хамсой или тюлькой
- 28. Салат картофельный с килькой, хамсой или тюлькой
- 29. Винегрет с килькой, хамсой или тюлькой
- 30. Огурцы, фаршированные салатом с килькой, хамсой или тюлькой
- 31. Салака под маринадом
- 32. Соленая салака, килька, хамса или тюлька с маринованной капустой
- 33. Соленая салака, килька, хамса или тюлька с помидорами под майонезом
- 34. Соленые салака, килька, хамса или тюлька с огурцами и сметаной
- 35. Соленые салака, килька, хамса или тюлька с картофелем и сливочным маслом
- 36. Сушеная салака в уксусе с отварным картофелем
- 37. Сушеная салака с отварным картофелем и сливками
- 38. Салака, килька, хамса или тюлька с картофелем и маслом
- 39. Салака, килька, хамса или тюлька с отварным картофелем и жареным луком
- 40. Салака, килька, хамса или тюлька с картофелем и майонезом
- 41. Салака, килька, хамса или тюлька с картофелем, зеленым луком и яйцом
- 42. Салака заливная
- 43. Рулеты из салаки заливные
- 44. Фрикадельки из салаки заливные
- 45. Колбаса из салаки
- 46. Бутерброды с копченой салакой
- 47. Бутерброды с килькой или хамсой под майонезом
- 48. Рубленая салака, килька, хамса или тюлька с луком
- 49. Рубленая салака, килька, хамса или тюлька с

морковью
- 50. Рубленая салака, килька, хамса или тюлька со свеклой
- 51. Рубленая салака, килька, хамса или тюлька с творогом
- 52. Рубленая салака со сливочным маслом и зеленью
- 53. Паштет из салаки
- 54. Паста из сушеной салаки
- 55. Паста из копченой салаки с морковью
- 56. Паста из копченой салаки с яблоками
- 57. Паста из копченой салаки со сливочным маслом
- 58. Паста из копченой салаки с томатом
- 59. Паста из копченой салаки с хреном
- 60. Кулебяка со свежей салакой
- 61. Кулебяка с копченой салакой

○ Супы
-
- 62. Суп овощной с салакой, килькой, хамсой или тюлькой
- 63. Суп картофельный с салакой, килькой, хамсой или тюлькой
- 64. Суп-пюре из салаки
- 65. Суп картофельный с фрикадельками из салаки
- 66. Суп из копченой салаки
- 67. Борщ с хамсой
- 68. Борщ с тюлькой
- 69. Борщ холодный с килькой, хамсой или тюлькой
- 70. Щи из квашеной капусты с хамсой
- 71. Щи из квашеной капусты с картофелем и тюлькой
- 72. Рассольник с хамсой
- 73. Рассольник с тюлькой
- 74. Суп картофельный с хамсой
- 75. Суп крестьянский с тюлькой

○ Вторые блюда
-
- 76. Салака отварная со сметанным соусом
- 77. Салака отварная с горчичным соусом
- 78. Салака отварная с пряностями
- 79. Салака сушеная отварная

- 80. Салака, килька, хамса или тюлька, тушенные в масле
- 81. Салака, килька, хамса или тюлька, тушенные в масле с томатом
- 82. Салака, тушенная целиком
- 83. Салака, килька, хамса или тюлька, тушенные с картофелем
- 84. Салака, килька, хамса или тюлька, тушенные с петрушкой
- 85. Салака, килька, хамса или тюлька, тушенные с зеленью
- 86. Салака, тушенная со свининой
- 87. Салака, килька, хамса или тюлька, тушенные с картофелем и сметаной
- 88. Салака, тушенная с овощами
- 89. Салака, тушенная в томатном соусе
- 90. Салака, тушенная в томатном соусе с овощами
- 91. Салака, тушенная в молоке
- 92. Салака, тушенная в соусе из щавеля
- 93. Сушеная салака с овощами
- 94. Рулеты из сушеной салаки
- 95. Сушеная салака со шпигом
- 96. Завтрак из сушеной салаки
- 97. Тушенка из копченой салаки
- 98. Тушенка из кильки, тюльки или хамсы с помидорами
- 99. Салака, жаренная на углях
- 100. Соленая салака, жаренная на углях, с творогом
- 101. Соленая салака, жаренная в пергаменте
- 102. Салака, жаренная на сковороде
- 103. Салака, жаренная с укропом
- 104. Салака, жаренная с яйцом
- 105. Салака, жаренная с томатом
- 106. Салака жареная в томатном соусе
- 107. Салака, жаренная в тесте
- 108. Салака в укропном рассоле
- 109. Соленые салака, килька или хамса жареные, со сметаной
- 110. Соленые салака, килька или хамса жареные, со сметанным соусом с луком
- 111. Сушеная салака жареная
- 112. Яичница с копченой салакой

- 113. Жареные килька, хамса или тюлька с картофелем
- 114. Жареные килька, тюлька с гарниром
- 115. Килька, хамса или тюлька, жаренные в жире (фри)
- 116. Запеканка из салаки
- 117. Запеканка из салаки с картофелем
- 118. Запеканка из салаки с картофелем и брюквой
- 119. Запеканка из салаки с картофелем и шпигом
- 120. Запеканка из салаки с картофелем и луком
- 121. Запеканка из салаки с натертым хлебом
- 122. Запеканка из салаки с ячневой кашей
- 123. Запеканка из салаки с рисовой кашей
- 124. Запеканка из салаки паровая
- 125. Салака запеченная
- 126. Салака, запеченная с петрушкой
- 127. Салака в белом соусе
- 128. Салака, запеченная в яйце
- 129. Солянка из салаки на сковороде
- 130. Фаршированная салака
- 131. Фаршированная салака в томате
- 132. Запеканка из сушеной салаки с картофелем
- 133. Запеканка из сушеной салаки с ячневой кашей
- 134. Запеканка из сушеной салаки с рисом
- 135. Запеканка из копченой салаки с яйцом и помидорами
- 136. Филе салаки жареное
- 137. Котлеты рубленые из салаки
- 138. Котлеты из кильки, хамсы или тюльки
- 139. Тефтели из салаки в томатном соусе
- 140. Фрикадельки из салаки, тушенные с овощами
- 141. «Фальшивый заяц» из салаки
- 142. Хлебцы из салаки
- 143. Блинчики с салакой
- 144. Блины с копченой салакой
- 145. Котлеты из сушеной салаки
- 146. Котлеты из копченой салаки

○ Соусы и заправки

-
- 147. Горчичная заправка

- 148. Сметанная заправка
- 149. Соус майонез
- 150. Соус обыкновенный
- 151. Соус белый
- 152. Соус с каперсами
- 153. Соус с петрушкой или укропом
- 154. Соус со шпигом
- 155. Соус горчичный
- 156. Соус томатный
- 157. Соус молочный
- 158. Соус молочный с луком
- 159. Соус сметанный с луком

○ Заготовка впрок
- 160. Сушение салаки
- 161. Засолка салаки

○ Консервы из салаки, кильки, хамсы и тюльки
○ Справочные сведения

Валентина Трофимова
150 блюд из салаки, кильки, хамсы и тюльки

Предисловие

Советская рыбная промышленность быстрыми темпами увеличивает добычу рыбы и расширяет ассортимент рыбных товаров. В новом ассортименте рыбных товаров значительное место занимают мелкие сельдевые рыбы в охлажденном, мороженом и копченом виде. Мелкая рыба (салака, килька, хамса и тюлька) в больших количествах водится в наших морях и является ценным продуктом. Мелкая рыба не уступает крупной дорогой рыбе, а в ряде случаев и превосходит ее по своей пищевой ценности и вкусовым свойствам.

Осенняя хамса, например, является одной из самых жирных рыб. Нежное, вкусное мясо салаки, кильки, тюльки и хамсы не уступает по пищевым и вкусовым достоинствам мясу широко известных и любимых потребителями крупных рыб — судака, сазана, леща, трески, сельди и др. Из салаки, кильки и хамсы вырабатывают деликатесные и пользующиеся широким спросом консервы: шпроты в масле, пряные острые закусочные кильки, сардины в масле, вкусные консервированные паштеты и консервы в томатном соусе. Различные виды мелкой рыбы являются прекрасным продуктом и в приморских районах Советского Союза. Из них готовят десятки вкусных, питательных блюд.

В тех республиках и областях нашей страны, где из салаки, кильки, хамсы и тюльки население умеет готовить различные вкусные блюда, рыбки эти пользуются большим спросом потребителей. Например, в Эстонской ССР, Латвийской ССР и в Ленинграде всегда имеется большой спрос на салаку. В Эстонии еще при буржуазном строе была издана брошюра, где описаны способы приготовления из салаки 100 различных блюд.

Узнайте у любого жителя Керчи его мнение о популярном местном блюде — тушенке с помидорами из хамсы или спросите жителя Прибалтики о блюдах из салаки и кильки и вы получите самые лучшие отзывы.

Мелкие сельдевые рыбы, как и большинство морских рыб, богаты фосфором и йодом, а также другими полезными веществами; мелкие и нежные кости салаки, хамсы, кильки, тюльки, размягчающиеся при посоле и кулинарной обработке, хорошо усваиваются организмом вместе с содержащимися в них важными для питания веществами. Мелкая рыба, как и другие виды рыб, содержит ряд витаминов, необходимых для организма человека.

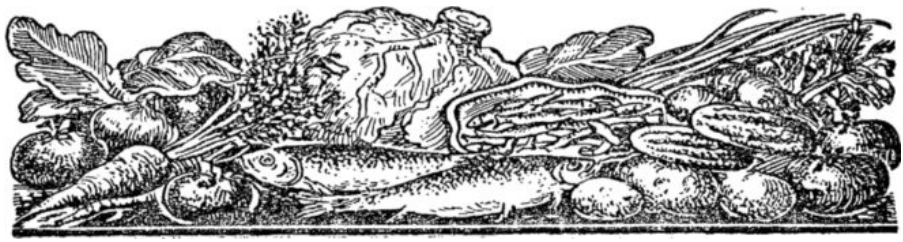
Несмотря на хорошие пищевые и вкусовые качества мелких рыб данных пород, во многих областях нашей страны они не

пользуются достаточным спросом лишь потому, что плохо обрабатываются и неумело приготавливаются. Домашние хозяйки и повара не осведомлены о том, какие вкусные блюда и какими способами можно изготовить из мелких сельдевых рыб.

В помощь кулинарам и домашним хозяйкам и издается настоящая брошюра, которая является руководством по приготовлению вкусных и питательных блюд из указанных рыб.

В данной брошюре приведено более 150 рецептов и способов приготовления различных блюд из салаки, хамсы, тюльки и кильки. В ассортименте блюд, приведенных в брошюре, имеются различные закуски (салаты, паштеты и др.), супы; в качестве вторых блюд рекомендуется рыба в отварном, тушеном и жареном виде, всевозможные запеканки, изделия из рыбного фарша и т. д. С помощью этих рецептов можно в домашних условиях разнообразить меню, пополнив его новыми блюдами, обладающими большой пищевой ценностью.

Холодные блюда



Из салаки, кильки, хамсы и тюльки можно приготовить много разнообразных холодных блюд и закусок. Для их приготовления рыбу указанных пород используют как в свежем (охлажденном или мороженом), так и в маринованном и соленом виде (простого и пряного посола). Салака, кроме того, используется копченая и сушеная.

Перед приготовлением блюд салаку, кильку, хамсу и тюльку перебирают, промывают и разделывают. Рыбу пряного посола освобождать от пряностей и мыть не следует. При разделывании у свежей и соленой рыбы удаляют головки вместе с внутренностями; при желании отрезают и хвостовой плавник. Для приготовления некоторых блюд, кроме того, необходимо удалить хребтовую кость. После разделки рыбу промывают. Сушеную салаку перед разделкой вымачивают в холодной воде для набухания и удаления избытка соли. У копченой салаки снимают кожу, удаляют голову, внутренности и хребтовую кость. Крепкосоленую салаку, кильку, хамсу и тюльку вымачивают в течение 2–6 часов, в зависимости от размера рыбок. Вымачивание производят в двойном по сравнению с весом рыбы количестве холодной воды, меняя ее 2–3 раза. Рыбу пряного посола и маринованную не вымачивают.

1. Салака маринованная

500 г свежей салаки, 2 столовые ложки муки, растительное масло для жарения, соль. На маринад: $1/_2$ стакана столового уксуса (3 %), 1–2 луковицы, перец душистый горошком, лавровый лист, гвоздика, соль.

Салаку разделывают и помещают на 5—10 минут в- крепкий рассол (4–5 столовых ложек соли на 1 л воды). Затем салаку вынимают, дают стечь рассолу, после чего рыбу обваливают в муке и жарят на сковороде в растительном масле. Обжаренную салаку после остывания укладывают в банку, заливают холодным маринадом и ставят на 24 часа в холодное помещение. Маринованная салака в прохладном помещении может сохраняться довольно продолжительное время.

Приготовление маринада: в уксус добавляют немного соли, нарезанный кольцами лук, перец горошком, лавровый лист и другие специи, доводят до кипения и охлаждают. Маринад можно приготовлять с добавлением 1–2 чайных ложек сахара.

2. Салака, килька, хамса или тюлька с горчичной заправкой

500 г свежей салаки, кильки, хамсы или тюльки, 1 столовая ложка соли, 1 чайная ложка сахару, укроп, горчичная заправка.

Салаку разделывают, удаляя хребтовую кость; у хамсы, кильки и тюльки хребтовую кость не вынимают. Затем очищенные рыбки посыпают солью, сахаром, укладывают в стеклянную или керамиковую банку, пересыпая слои рубленым укропом. Сверху кладут небольшой гнет и оставляют в холодном месте на 48 часов. Готовую рыбу подают к столу с горчичной заправкой (см. № 147).

3. Салака в уксусе

500 г свежей салаки, 1/2 стакана столового уксуса, сахар, лавровый лист, перед, укроп, соль.

Салаку разделывают, укладывают в миску или кастрюлю, заливают горячим раствором уксуса с добавленными в него специями и накрывают крышкой. Когда жидкость остынет, ее сливают, доводят до кипения и снова заливают ею салаку. Так повторяют несколько раз, до тех пор, пока салака не приобретет вкуса маринованной рыбы. Подают блюдо в холодном виде.

4. Салака с пряно-уксусной заливкой

500 г соленой салаки, 1/2 стакана столового уксуса, 2 чайные ложки сахара, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 чайной ложки перца горошком, 1 чайная ложка столовой горчицы, 1/4 стакана воды, 1 столовая ложка нарезанного укропа.

Соленую салаку разделывают, удаляют хребтовую кость, затем укладывают в кастрюлю, пересыпают укропом и заливают пряным рассолом. Блюдо готово к употреблению, примерно, через час. Для приготовления пряного рассола в воду добавляют перец, горчицу, сахар, растительное масло и уксус.

5. Салака сушеная пряная

500 г сушеной салаки, 1/2 стакана столового уксуса, 2 стакана воды, 2 чайные ложки сахара, имбирь, гвоздика, лавровый лист, 1/2 чайной ложки молотого перца, 2 чайные ложки соли.

Промытую сушеную салаку кладут в уксусный раствор, в который добавляют 1 чайную ложку соли. Через сутки салаку вынимают и дают стечь раствору.

После этого салаку укладывают послойно в стеклянную или фарфоровую банку. Между каждым слоем рыбы кладут 1–2 лавровых листа и 1–2 чайные ложки смеси специй (сахар, перец, гвоздика и др.). Перед употреблением в пищу рыба должна постоять 3 недели на холоде под легким гнетом.

6. Салака, килька, хамса или тюлька маринованные

500 г соленой салаки, кильки, хамсы или тюльки, 1–2 луковицы, 1 стакан столового уксуса, перец, лавровый лист, гвоздика, 1–2 чайные ложки сахара.

Разделанную рыбу укладывают в банку и заливают маринадом, способ приготовления которого указан в рецепте № 1.

7. Салака соленая с луком и горчичной заправкой

300 г соленой салаки, 1–2 луковицы или 100 г зеленого лука, 3 столовые ложки горчичной заправки.

Салаку разделывают, промывают и укладывают на тарелку, посыпают нашинкованным зеленым или нарезанным кольцами и полукольцами репчатым луком, поливают горчичной заправкой (№ 147).

8. Килька, хамса или тюлька с гарниром

500 г соленой или маринованной кильки, хамсы или тюльки, 1–2 огурца, 1 помидор, 1–2 шт. отварной свеклы, 1–2 шт. отварного картофеля, 1–2 шт. отварной моркови, зеленый горошек, 1–2 луковицы, лук зеленый, 2–3 столовые ложки горчичной заправки.

Кильку, хамсу или тюльку разделывают, промывают, укладывают на тарелку и гарнируют картофелем, свеклой и морковью, нарезанными кубиками, ломтиками помидоров, огурцов и шинкованным зеленым луком. Гарнир укладывают букетиками по обе стороны рыбы. Репчатый лук нарезают кольцами и кладут на рыбу. При подаче к столу блюдо поливают горчичной заправкой (см. № 147), украшают веточками петрушки (рис. 1).

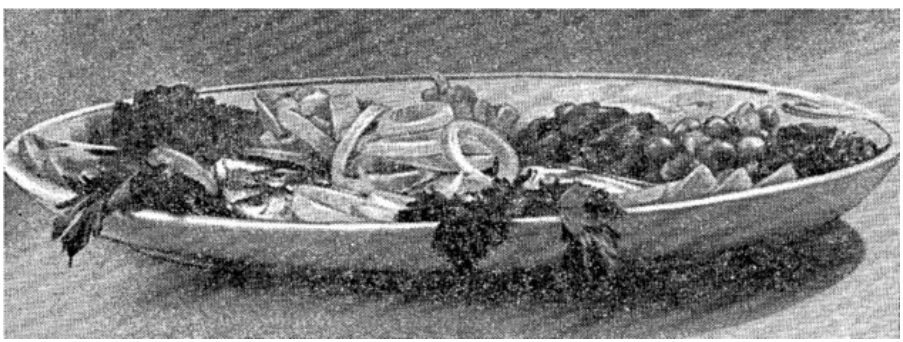


Рис. 1. Килька, хамса или тюлька с гарниром

9. Килька, хамса или тюлька с луком и маслом

300 г соленой кильки, хамсы или тюльки, 1–2 луковицы или 100 г зеленого лука, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки уксуса.

Кильку, хамсу или тюльку перебирают, промывают, укладывают на тарелку рядами в одном направлении, посыпают зеленым шинкованным луком или репчатым, нарезанным кольцами, и поливают уксусом и маслом. К уксусу можно добавить немного сахара.

10. Салака жареная, фаршированная луком

500 г свежей салаки, 2–3 луковицы, 1/2 стакана муки, 1/4 стакана молока, 1 яйцо, жир для жарения, $^3/_4$ стакана столового уксуса, соль.

Салаку разделывают. Внутрь каждой тушки кладут подсоленный мелко рубленный лук, затем смачивают в яично-молочной смеси, обваливают в муке и жарят. Поджаренную салаку обливают уксусом и дают ей постоять. Подают в холодном виде.

11. Салака в томате

500 г свежей салаки, 1/4 стакана воды, 1 луковица. 5–6 зерен черного перца, 4–5 помидоров, 3–4 столовые ложки муки, сахар, столовая горчица, столовый уксус, растительное масло для жарения, соль.

Нарезанные помидоры и нашинкованный лук тушат в небольшом количестве воды до мягкого состояния. Полученную массу протирают, добавляют к ней горчицу, разведенную уксусом и заправленную солью и сахаром. Рыбу обваливают в муке и жарят. Полученным томатным соусом заливают жареную салаку и охлаждают. Помидоры можно заменить тремя столовыми ложками томата-пюре.

12. Салака с хреном

500 г свежей салаки, 3–4 столовые ложки муки, растительное масло для жарения, 2 стакана столового уксуса, 100 г натертого хрена, 1 чайная ложка сахара, соль.

Разделанную салаку солят, обваливают в муке и жарят. Разведенный водой столовый уксус вместе с хреном и специями доводят до кипения, затем немного охлаждают и заливают поджаренную салаку.

13. Салака отварная с майонезом

500 г свежей или соленой салаки, 1–2 помидора, 1–2 огурца, 2–3 луковицы, зеленый салат, укроп, зелень петрушки, перец, лавровый лист, соль, соус майонез.

Разделанные тушки салаки распластовывают, не разрезая спинки, затем удаляют хребтовую кость. Внутреннюю часть тушки солят, посыпают рубленым укропом и свертывают, начиная с головной части, в виде рулета. Свертывают рулетом крупные тушки, а мелкие вкладывают внутрь рулетов. Подготовленную рыбу складывают в кастрюлю, заливают небольшим количеством воды, добавляют специи, соль, и варят, затем охлаждают.

Зеленый салат режут, смешивают с майонезом и укладывают на середину тарелки, рулеты кладут с трех сторон салата н украшают нарезанными огурцами, помидорами, кольцами репчатого лука и зеленью петрушки (рис. 2).

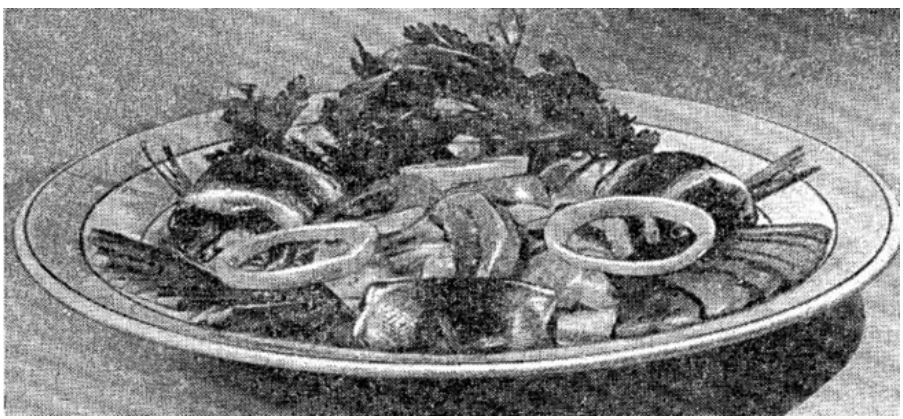


Рис. 2. Салака отварная с майонезом

14. Салака, тушенная с маслом

500 г свежей салаки, 2–3 столовые ложки растительного масла или другого жира, 1 столовая ложка уксуса, соль.

Разделанную салаку быстро ополаскивают и укладывают слоями в небольшую кастрюлю, солят, затем добавляют уксус и жир. Закрывают кастрюлю крышкой и ставят на кипящую водяную баню (в посуду с водой). Томят салаку на водяной бане в течение 2–3 часов. Подают к столу в холодном виде.

15. Рулеты из салаки с яйцом

500 г свежей салаки, перец, 1 яйцо, 1–2 луковицы или укроп, маринад, соль.

Разделанную салаку распластовывают, посыпают изнутри перцем, солью, фаршируют рубленым вареным яйцом и мелко шинкованным луком или укропом. После этого салаку свертывают рулетом, скрепляя концы гвоздикой или спичкой (без головки) и варят в течение 10–15 минут в маринаде (способ приготовления указан в рецепте № 1). Готовые рулеты вынимают шумовкой, удаляют гвоздику или спичку, укладывают рулеты в банку и заливают остуженным маринадом.

16. Рулеты из сушеной салаки с яблоками или огурцами

300 г сушеной салаки, 1 яблоко или 1 соленый огурец, 1–2 луковицы, 1 столовая ложка нарезанной зелени, перец, лавровый лист, маринад.

Сушеную салаку предварительно вымачивают в холодной кипяченой воде, а затем очищают и распластовывают, не разрезая спинки.

С внутренней стороны каждую тушку посыпают смесью толченого перца и лаврового листа, добавляют мелко рубленный лук и кладут ломтики соленого огурца или яблока. Затем салаку, начиная с головной части, плотно свертывают рулетом, скрепляя гвоздикой или спичкой (без головки). После этого рулеты помещают в банку, добавляют немного перца горошком, нарезанный кольцами лук, лавровый лист и заливают маринадом (способ приготовления маринада указан в рецепте № 1). Банку закрывают и ставят в прохладное место. Через 24 часа салака готова к употреблению,

17. Рулеты из сушеной салаки с яйцом

300 г сушеной салаки, 1 крутое яйцо, перец, маринад.

Сушеную салаку вымачивают, очищают и распластовывают. Внутреннюю сторону тушки посыпают перцем, кладут рубленое крутое яйцо, добавляют еще немного перца, после чего тушку сворачивают и рулет скрепляют гвоздикой или спичкой. Рулеты из сушеной салаки помещают в банку и заливают маринадом (способ приготовления маринада указан в рецепте № 1). Затем банку закрывают и ставят в прохладное место; через 24 часа блюдо готово к употреблению.

18. Салат запеченный

12 шт. сушеной салаки, 4–5 картофелин, 1–2 луковицы, перец, 1 яйцо, 1 стакан молока, 1 столовая ложка муки, 1 1/2 столовые ложки жира.

Отварной картофель очищают и нарезают ломтиками. Добавляют мелко нарезанную сушеную салаку и мелко нашинкованный лук. Все это смешивают, заправляют перцем и выкладывают в смазанную жиром форму. Подготовленную для запекания массу заливают соусом.

Для приготовления соуса поджаривают муку, разводят ее горячим молоком, добавляют яйцо.

Салат, залитый соусом, запекают в жарочном шкафу, примерно, в течение 20 минут. К столу подают с уксусом.

19. Салат из сушеной салаки

15 шт. сушеной салаки, 5–6 картофелин, 1 соленый огурец, 2 свеклы, 3/4 стакана сметанной заправки.

Сушеную салаку вымачивают, разделывают, нарезают мелкими кусочками. Отварной картофель, соленый огурец и вареную свеклу нарезают ломтиками. Продукты смешивают и заправляют сметанной заправкой (см. № 148).

20. Салат из сушеной салаки с картофелем

10—12 шт. сушеной салаки, 5—б картофелин, 1/2 стакана сметаны, 1–2 луковицы, сахар, перец.

Сушеную салаку вымачивают, разделывают, нарезают на кусочки и обжаривают. Жареную салаку смешивают с нарезанным отварным картофелем и заправляют сметаной с добавлением перца, сахара и мелко нарезанного лука. В сметану можно добавить немного лимонного сока или уксуса.

21. Салат из копченой салаки с творогом

5—6 шт. копченой салаки, 300 г творога, 2–3 столовые ложки сметаны, лук порей, соль.

К творогу добавляют очищенную и мелко нарезанную копченую салаку, сметану, соль и нарезанный лук порей.

22. Салат из копченой салаки с картофелем

20 шт. копченой салаки, 7–8 отварных картофелин, 1 стакан сметаны, сахар, столовая горчица, соль.

К нарезанному ломтиками картофелю добавляют очищенную и нарезанную копченую салаку и взбитую сметану, приправленную горчицей и сахаром. По вкусу к сметане можно добавлять уксус или лимонный сок.

23. Салат из копченой салаки с картофелем и яблоками

20 шт. копченой салаки, 3 яблока, 7–8 отварных картофелин, 1 яйцо, 4 стакана заправки, зелень петрушки или укроп, соль.

Картофель, яблоки и очищенную копченую салаку нарезают и смешивают. Смесь заправляют сметанной или горчичной заправкой (см. №№ 147 и 148). Украшают салат четвертинками яйца и зеленью.

24. Салат из копченой салаки с картофелем и яйцом

20 шт. копченой салаки, 2 отварные картофелины, 2 крутых яйца, 1/2 стакана сметаны, сахар, горчица, соль.

Очищенную и нарезанную копченую салаку, картофель и Нарубленные яйца смешивают, заливают сметаной, приправленной горчицей, солью и сахаром. По вкусу к сметане можно добавить уксус или лимонный сок.

25. Помидоры, фаршированные салатом из копченой салаки

У помидоров срезают верхушки и, вынимая часть мякоти, делают в них углубления для фарша. Подготовленные помидоры наполняют салатом (см. № 23 или № 24).

26. Помидоры, фаршированные салакой

200 г маринованной или соленой салаки, 6 красных помидоров, 2 крутых яйца, 4–5 столовых ложек сметаны или соуса майонеза, перец, лук зеленый.

Салаку разделывают, снимают с кости мякоть и нарезают ее мелкими кусочками. Добавляют рубленые яйца, сметану или майонез, перец и мелко нарезанный лук. Подготовленной массой наполняют помидоры, у которых предварительно срезают верхушки и вынимают часть мякоти. Приготовленные помидоры укладывают на блюдо, поливают майонезом или сметаной и посыпают зеленым луком (рис. 3).

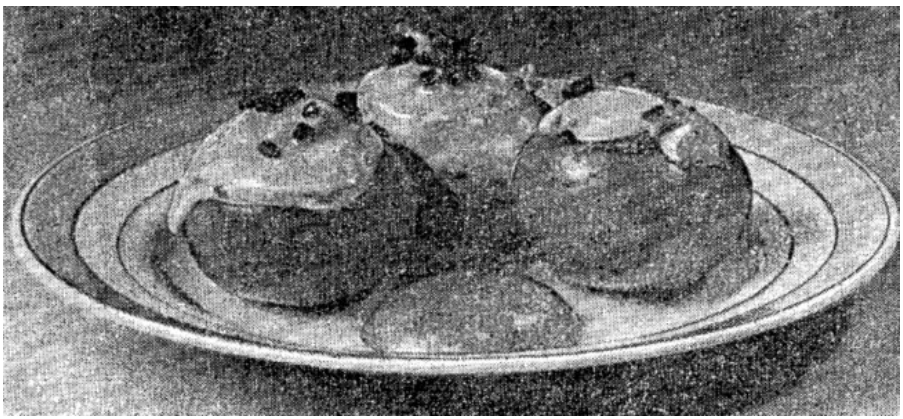


Рис. 3. Помидоры фаршированные

27. Салат овощной с килькой, хамсой или тюлькой

200 г соленой или маринованной кильки, хамсы или тюльки, 4 картофелины, 1 свежий огурец, 1 помидор, 1 шт. моркови, 50–60 г зеленого салата, 4 столовые ложки растительного масла, 4 столовые ложки уксуса, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки.

Вареный очищенный картофель, огурцы, помидоры нарезают тонкими ломтиками. Мелко нарезают листья зеленого салата. Сырую морковь очищают, нарезают тонкими кружочками, тушат с маслом и небольшим количеством воды и охлаждают. Подготовленные овощи смешивают с разделанной килькой, хамсой или тюлькой, заправляют маслом, уксусом и перемешивают. Затем салат укладывают горкой в салатник, оформляют рыбками кильки, хамсы или тюльки, листьями салата, кружочками огурцов, помидоров и посыпают измельченной зеленью петрушки.

28. Салат картофельный с килькой, хамсой или тюлькой

200 г соленой или маринованной кильки, хамсы или тюльки, 5–6 отварных картофелин, 1/2 стакана сметаны, столовая горчица, зелень петрушки или укроп.

К нарезанному ломтиками картофелю добавляют очищенную и нарезанную кильку, хамсу или тюльку и приправленную горчицей сметану. По вкусу в салат можно добавить столовый уксус.

29. Винегрет с килькой, хамсой или тюлькой

200 г соленой, пряной или маринованной кильки, хамсы или тюльки, 2 картофелины, 1 шт. свеклы, 1–2 шт. моркови, 1/2 стакана квашеной капусты, 1 соленый огурец, 1 луковица или 50 г зеленого лука, 2–3 столовые ложки растительного масла, соль.

Картофель и свеклу варят, очищают и нарезают тонкими ломтиками; так же нарезают огурцы, зеленый или репчатый лук шинкуют. Квашеную капусту перебирают, удаляя крупные части кочерыжек. Сырую морковь очищают, нарезают кружочками, тушат до готовности с маслом и небольшим количеством воды. Подготовленные овощи соединяют с разделанной и нарезанной килькой, хамсой или тюлькой, солят, добавляют растительное масло и перемешивают.

Винегрет можно готовить со сметанной заправкой (см. № 148).

30. Огурцы, фаршированные салатом с килькой, хамсой или тюлькой

Небольшие твердые, свежие или малосольные огурцы обрезают с обоих концов и вынимают из них зерна так, чтобы образовались стаканчики. Стаканчики из огурцов наполняют салатом (см. № 27), ставят их на тарелку и оформляют в виде грибков. Для этого их накрывают срезанными верхушками помидоров, на которые наносят соус майонез в виде точек. Украшают блюдо зеленью петрушки. Огурцы можно фаршировать и другим рыбным салатом (рис. 4).

Рис. 4. Огурцы, фаршированные салатом с хамсой или тюлькой

31. Салака под маринадом

500 г свежей салаки, 2–3 столовые ложки пшеничной муки, 3 столовые ложки молотых сухарей, 1 яйцо, растительное масло для жарения, соль. На маринад: 4–5 шт. моркови, 4–5 луковиц, 2 корешка петрушки или сельдерея, 4 столовые ложки растительного масла, 3/4 стакана столового уксуса, 1 чайная ложка сахарного песка, 1 чайная ложка картофельной или пшеничной муки, лавровый лист, перец душистый, гвоздика.

Приготовление овощного маринада: нашинкованные соломкой овощи жарят до готовности, затем добавляют уксус, сахар, соль, перец, гвоздику, лавровый лист и доводят до кипения; после этого маринад заправляют мукой, разведенной в холодной воде, снова доводят до кипения и охлаждают.

Разделанную салаку посыпают солью, обваливают в муке, смачивают в яйце, обваливают в сухарях и обжаривают в растительном масле, затем охлаждают и заливают маринадом.

32. Соленая салака, килька, хамса или тюлька с маринованной капустой

300 г соленой, пряной или маринованной салаки, кильки, хамсы или тюльки, 500 г белокочанной капусты, 1–2 шт. моркови, 1/2 стакана столового уксуса, 2 столовые ложки сахара, 3 столовые ложки растительного масла, перец, лавровый лист, зеленый лук, соль.

Капусту и морковь, нашинкованные соломкой, кладут в посуду, прибавляют уксус, соль, сахар, перец, лавровый лист и нагревают при непрерывном помешивании до тех пор, пока капуста не осядет. Осевшую капусту снимают с огня, охлаждают и оставляют на сутки.

Разделанную рыбу укладывают в ряд на тарелку, посыпают шинкованным луком и подают с маринованной капустой, политой маслом.

33. Соленая салака, килька, хамса или тюлька с помидорами под майонезом

300 г соленой, пряной или маринованной салаки, кильки, хамсы или тюльки, 3–4 помидора, 2 столовые ложки майонеза, зелень петрушки или укроп.

Разделанную рыбу кладут на тарелку рядами в одном направлении, вокруг укладывают кружочки помидоров, поливают майонезом и посыпают рубленой зеленью петрушки или укропом.

34. Соленые салака, килька, хамса или тюлька с огурцами и сметаной

300 г соленой, пряной или маринованной салаки, кильки, хамсы или тюльки, 3–4 свежих огурца, 3–4 столовые ложки сметаны, 1 яйцо.

Разделанную рыбу кладут на тарелку рядами в одном направлении, укладывают кругом огурцы, нарезанные кружочками, поливают сметаной и посыпают рубленым крутым яйцом.

35. Соленые салака, килька, хамса или тюлька с картофелем и сливочным маслом

300 г соленой, пряной или маринованной рыбы, 8—10 картофелин, 4 столовые ложки сливочного масла, зелень петрушки или укроп.

Разделанную рыбу и очищенный отварной горячий картофель, укладывают на тарелку, поливают растопленным сливочным маслом или кладут масло кусочками, сверху посыпают зеленью. К этому блюду можно подать свежие или соленые огурцы или помидоры.

36. Сушеная салака в уксусе с отварным картофелем

10 шт. сушеной салаки, 1/4 стакана столового уксуса, перец, половина луковицы, отварной картофель.

Сушеную салаку вымачивают, разделывают на половинки, укладывают на тарелку и поливают уксусом (при желании приправленным сахаром), сверху салаку посыпают перцем и украшают шинкованным луком. Блюду дают постоять, примерно, час и подают к столу с отварным картофелем.

37. Сушеная салака с отварным картофелем и сливками

8 шт. сушеной салаки, 2 столовые ложки сливок или сметаны, 1 луковица, перец, отварной картофель.

Сушеную салаку вымачивают, разделывают, нарезают мелкими кусочками, поливают сливками или сметаной и посыпают перцем и украшают шинкованным луком. К столу салаку подают с отварным картофелем.

38. Салака, килька, хамса или тюлька с картофелем и маслом

300 г соленой, пряной или маринованной салаки, кильки, хамсы или тюльки, 8—10 картофелин, 4 столовые ложки растительного масла, 1–2 луковицы, 2 столовые ложки уксуса, отварной картофель.

Разделанную салаку, кильку, хамсу или тюльку укладывают на тарелку, посыпают луком, нарезанным кольцами, и поливают маслом и уксусом. Подают с отварным картофелем, политым маслом.

39. Салака, килька, хамса или тюлька с отварным картофелем и жареным луком

300 г соленой или маринованной салаки, кильки, хамсы или тюльки, 8 картофелин, 4 столовые ложки растительного масла, 1–2 луковицы.

Разделанную салаку, кильку, хамсу или тюльку укладывают на тарелку рядами, головками в одном направлении. Подают с отварным картофелем, на который кладут лук, обжаренный кольцами, сверху поливают маслом.

К этому блюду хорошо подать свежие помидоры или огурцы.

40. Салака, килька, хамса или тюлька с картофелем и майонезом

300 г соленой, пряной или маринованной салаки, кильки, хамсы или тюльки, 3–4 отварные картофелины, 1 свежий огурец, 2 помидора, лук зеленый, зелень петрушки, соус майонез.

Разделанную рыбу укладывают на тарелку. На гарнир подают картофель отварной целыми клубнями, шинкованный зеленый лук и ломтики огурцов. У помидоров срезают верхушки, вынимают часть мякоти и наполняют их майонезом. Украшают блюдо веточками зелени петрушки (рис. 5).

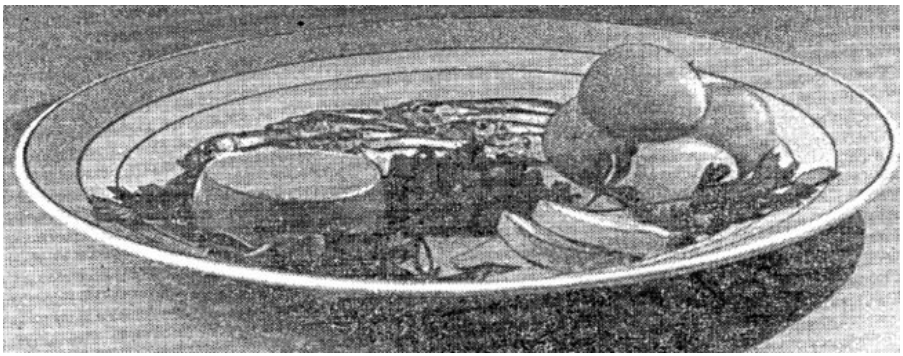


Рис. 5. Салака, килька, хамса или тюлька с картофелем и майонезом

41. Салака, килька, хамса или тюлька с картофелем, зеленым луком и яйцом

300 г соленой, пряной или маринованной салаки, кильки, хамсы или тюльки, 3–4 отварные картофелины, 100 г зеленого лука, 1 яйцо, 2–3 столовые ложки растительного масла, 2–3 столовые ложки уксуса.

Разделанную рыбу, нарезанный отварной картофель укладывают на тарелку, посыпают нарубленным крутым яйцом, зеленым луком и поливают растительным маслом и уксусом.

42. Салака заливная

1 кг свежей салаки, 1 л воды, 1 столовая ложка уксуса или лимонного сока, перец, лавровый лист, соль, 15–20 г желатина на 1 л жидкости.

Салаку разделывают, заливают водой, подкисленной уксусом, или лимонным соком, так, чтобы она покрывала рыбу, добавляют специи и варят до готовности. Готовую салаку вынимают шумовкой и кладут в миску или на блюдо. К воде, в которой варилась рыба, добавляют желатин (предварительно его замачивают в холодной воде для набухания) и кипятят до растворения желатина.

Когда желатин растворится, жидкость процеживают через редкую ткань или сито и заливают ею салаку. Для застывания рыбу ставят в холодное место.

43. Рулеты из салаки заливные

500 г свежей салаки, 0,5 л воды, 1 чайная ложка уксуса, 10 г желатина, 1 яичный белок, соль, укроп и свекла для украшения.

Салаку разделывают и распластовывают. С внутренней стороны распластованную рыбу посыпают укропом, свертывают в рулеты и укладывают в кастрюлю. Затем рыбу солят и заливают водой, подкисленной уксусом. Варят салаку на слабом огне до тех пор, пока рыба не станет мягкой. Затем рыбу вынимают из бульона и укладывают в форму. В бульон добавляют желатин, который предварительно замачивают в холодной воде для набухания, и взбитый яичный белок, после чего бульон варят некоторое время при слабом кипении. Затем горячий бульон процеживают и заливают им рулеты из салаки. Подготовленное блюдо украшают укропом и ломтиками вареной свеклы. Для застывания рыбу ставят в холодное место.

44. Фрикадельки из салаки заливные

1 кг свежей салаки, 2 луковицы, 50 г пшеничного хлеба, 1 чайная ложка пшеничной муки, 1 яйцо, соль, 1/2 чайной ложки сахара, 2 моркови, 1 свёкла, 1/2 корешка петрушки, перец черный, 10 г желатина, зелень петрушки, несколько ломтиков лимона.

Мякоть салаки, пшеничный хлеб, луковицу дважды пропускают через мясорубку. Затем добавляют муку, 1 яйцо, соль, перец, немного сахара и хорошо вымешивают фарш. В кастрюлю с низкими бортами кладут лук, нарезанный вместе с кожицей, ломтики очищенной свеклы и морковь (одну нарезанную ломтиками, а другую — целиком), корень петрушки, соль, наливают воду и доводят до кипения. В кипящую воду кладут в один ряд фрикадельки размером примерно с грецкий орех. Воды в кастрюле должно быть столько, чтобы фрикадельки были покрыты ею на 1 см. Фрикадельки варят на слабом огне до готовности, затем вынимают шумовкой и укладывают на овальное блюдо. Украшают ломтиками моркови, листиками петрушки. Бульон процеживают, добавляют в него предварительно размоченный в воде желатин, кипятят до полного растворения желатина и заливают бульоном фрикадельки. Для застывания ставят в прохладное место. К блюду рекомендуется подавать хрен.

45. Колбаса из салаки

500 г свежей салаки, 1 луковица, 1–2 яйца, 1 чайная ложка картофельного крахмала, 1/2 стакана рыбного бульона, перец, натертый мускатный орех, сахар, соль.

Мякоть салаки и лук дважды пропускают через мясорубку, затем добавляют яйца, картофельный крахмал, рыбный бульон, сахар, соль, перец, натертый мускатный орех. Полученную массу месят полчаса и наполняют ею кишки. Подготовленные колбасы варят 30 минут (при температуре примерно 80°). Затем колбасы вынимают из воды и держат на холоде под легким гнетом 10–12 часов.

46. Бутерброды с копченой салакой

12 шт. копченой салаки, 1 столовая ложка растопленного сливочного масла, 1 столовая ложка нарезанной петрушки, 4 столовые ложки натертого пшеничного хлеба, 6 ломтиков хлеба, жир для жарения.

Копченую салаку очищают, удаляют хребтовую кость, а половинки тушек снова складывают. Затем рыбки смачивают в растопленном масле, обваливают в натертом пшеничном хлебе, к которому примешана петрушка, и обжаривают с обеих сторон. Ломтики хлеба для бутербродов поджаривают. На каждый ломтик кладут по 2 копченых рыбки.

47. Бутерброды с килькой или хамсой под майонезом

10 шт. соленой кильки или хамсы, 1 яйцо, соус майонез, ломтики пшеничного хлеба.

На хлеб кладут яйцо, нарезанное тонкими ломтиками, сверху помещают очищенную кильку или хамсу (2–3 штуки) и покрывают тонким слоем соуса майонез.

48. Рубленая салака, килька, хамса или тюлька с луком

500 г соленой, пряной или маринованной салаки, кильки, хамсы или тюльки, 2 луковицы, 1–2 столовые ложки подсолнечного масла, 2–3 столовые ложки уксуса, 100 г пшеничного хлеба, 1 чайная ложка сахара, 1–2 помидора, 1–2 огурца, 1 яйцо, зелень петрушки и зеленый лук.

Рыбу разделывают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду, отжимают и пропускают два раза через мелкую решетку мясорубки. Затем добавляют натертый лук, тертый пшеничный хлеб (лук и хлеб можно пропустить вместе с рыбой через мясорубку), масло, уксус, сахар и все тщательно перемешивают. При подаче к столу массу выкладывают на селедочницу или обычную тарелку и оформляют ломтиками помидоров, огурцов, яйцом, нарезанным зеленым луком и листиками петрушки (рис. 6).

Рис. 6. Рубленая салака, килька, хамса или тюлька

Рубленую салаку, кильку, хамсу и тюльку можно хранить на холоде не больше 2–3 дней.

49. Рубленая салака, килька, хамса или тюлька с морковью

500 г соленой салаки, кильки, хамсы или тюльки, 2 шт. моркови, 1 яблоко, 3 чайные ложки сметаны, 1 чайная ложка сахара, зелень петрушки или укроп.

Рыбу разделывают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду, отжимают, пропускают 2 раза через мелкую решетку мясорубки вместе с вареной морковью. Затем добавляют натертое яблоко, сметану, сахар и все тщательно перемешивают.

При подаче массу выкладывают на тарелку, придают форму рыбки и посыпают зеленью.

50. Рубленая салака, килька, хамса или тюлька со свеклой

500 г соленой салаки, кильки, хамсы или тюльки, 1 луковица, 2 шт. свеклы, 1–2 столовые ложки подсолнечного масла, 100 г пшеничного хлеба, 2 столовые ложки уксуса, укроп.

Рыбу разделывают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду, отжимают и пропускают два раза через мелкую решетку мясорубки вместе с очищенной и остуженной печеной свеклой, луком и хлебом. К полученной массе добавляют масло, уксус и перемешивают.

При подаче оформляют на тарелке в виде рыбки и посыпают укропом.

51. Рубленая салака, килька, хамса или тюлька с творогом

500 г соленой салаки, кильки, хамсы или тюльки, 1 морковь, 100 г творога, 3 чайные ложки сметаны, 1 чайная ложка сахара, перец, соль, укроп.

Рыбу разделывают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду, отжимают и пропускают 2 раза через мелкую решетку мясорубки вместе с вареной морковью и творогом. К массе добавляют соль, перец, сахар и перемешивают.

При подаче укладывают на тарелку или селедочницу и посыпают зеленью.

52. Рубленая салака со сливочным маслом и зеленью

500 г соленой салаки, 100 г сливочного масла, 1 столовая ложка нарубленной зелени петрушки.

Хорошо вымоченную мякоть салаки пропускают 2 раза через мелкую решетку мясорубки, а затем тщательно растирают с маслом и мелко нарубленной зеленью.

53. Паштет из салаки

500 г свежей салаки, 2 небольшие луковицы, перец, — соль, 1 яйцо, жир, 1/2 столовой ложки натертого сыра, 1 чайная ложка картофельного крахмала, ломтики лимона, зелень петрушки.

Мякоть салаки пропускают через мясорубку. К фаршу добавляют мелко нарезанный, обжаренный в жире лук, натертый сыр и картофельный крахмал, все смешивают и тушат 20 минут на легком огне. Затем массу выкладывают в форму и выносят на холод. Остуженный паштет вынимают из формы и украшают ломтиками лимона и зеленью петрушки.

54. Паста из сушеной салаки

500 г сушеной салаки, 1–2 вареных яйца, 1 луковица, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка тертого пшеничного хлеба, уксус, сахар, столовая горчица, лук порей.

Вымоченную сушеную салаку очищают, пропускают через мясорубку. К фаршу добавляют рубленые крутые яйца, мелко нарезанный лук и прочие продукты. Приготовленную массу укладывают на тарелку и украшают нарезанным луком пореем.

55. Паста из копченой салаки с морковью

10 шт. копченой салаки, 3 столовые ложки натертой моркови, 1 чайная ложка натертого лука, 2–3 столовые ложки сливок, сметаны или простокваши, соль.

Очищенные копченые рыбки растирают, добавляют тертую сырую или вареную морковь и лук, солят по вкусу и перемешивают. Затем добавляют сливки, сметану или простоквашу и снова перемешивают, чтобы получилась сочная паста.

56. Паста из копченой салаки с яблоками

10 шт. копченой салаки, 1 чайная ложка натертого лука, 3 столовые ложки натертых яблок, 2–3 столовые ложки сливок или молока, соль.

Приготовляется так же, как паста из копченой салаки с морковью (см. № 55).

57. Паста из копченой салаки со сливочным маслом

6 шт. копченой салаки, 50 г сливочного масла, 1 чайная ложка натертого лука, 3 столовые ложки сливок или сметаны, соль.

Размягченное сливочное масло взбивают, добавляют к нему растертую мякоть копченых рыбок и сметану, заправляют солью, натертым луком. При желании можно добавить красный перец.

58. Паста из копченой салаки с томатом

10 шт. копченой салаки, 2–3 столовые ложки сливок, 1 чайная ложка томата-пюре, соль, измельченный лук порей.

Растертую мякоть копченой салаки смешивают с остальными продуктами в вязкую массу (см. № 55).

59. Паста из копченой салаки с хреном

10 шт. копченой салаки, 2–3 столовые ложки сливок, 1/2 столовой ложки тертого хрена, измельченный укроп, соль.

Приготовляют так же, как пасту из копченой салаки с морковью (см. № 55).

60. Кулебяка со свежей салакой

Тесто (на 1 кг) 700 г пшеничной муки, 50 г сахара, 1 яйцо, 1–2 столовые ложки масла растительного, дрожжи, соль, 300 г воды для замеса.

Начинка: 1 кг свежей салаки, молотый перец, 1 луковица, 1 столовая ложка жира, 1–2 вареных яйца, соль.

Приготовление теста: в теплой воде разводят дрожжи, растворяют соль, сахар, добавляют яйцо, всыпают муку и все тщательно перемешивают, затем вводят жир, замешивают тесто и оставляют его в теплом месте на 3–4 часа для брожения; во время брожения тесто обминают 1–2 раза.

Приготовление начинки: разделанную салаку нарезают на куски и тушат с жиром, луком и специями, добавляют мелко рубленные яйца и этой смесью начиняют пирог; в начинку можно добавить и отварной рис.

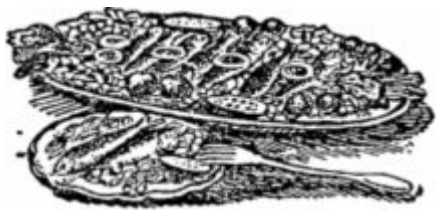
Приготовление пирога: тесто раскатывают в пласт продолговатой формы толщиной в 1 шириной 20–25 см; на середину пласта по всей его длине укладывают фарш, после чего защипывают края теста; сформованный пирог швом вниз кладут на смазанный противень, лист или в форму «чудо» и оставляют для подъема теста. Перед выпечкой пирог смазывают сверху яйцом и в 2–3 местах прокалывают для выхода образующегося во время выпечки пара.

61. Кулебяка с копченой салакой

Тесто: рецептура и способ приготовления теста см. № 60. Начинка: 25 шт. копченой салаки, 1 луковица, 1 столовая ложка жира, молотый перец, 1–2 столовые ложки сметаны, 1–2 вареных яйца, соль.

Разделанную салаку и лук тушат с жиром, добавляют специи, сметану и мелко рубленные яйца.

Приготовление пирога см. № 60.



Супы

Из салаки, кильки, хамсы и тюльки можно приготовлять разнообразные супы. Особенно вкусны из салаки супы с картофелем, а из кильки, хамсы и тюльки — щи, борщи и рассольники. Для супов рыбу указанных пород используют как в свежем, так и в соленом виде, а салака, кроме того, используется в копченом виде.

Для первых блюд салаку, кильку, хамсу и тюльку разделывают следующим образом: рыбу промывают, отделяют головки, удаляя вместе с ними и внутренности (при желании удаляют также хвостовые плавники), затем салаку ополаскивают, а кильку, хамсу и тюльку тщательно промывают. Очень соленую кильку, хамсу и тюльку предварительно вымачивают.

Для улучшения вкуса и аромата в супы кладут перец горошком, лавровый лист, зелень петрушки и укроп, а в некоторые супы для придания им необходимой консистенции добавляют мучную заправку.

Мучную заправку приготовляют так: в кастрюлю кладут жир (на ложку муки — ложку жира), добавляют просеянную муку и поджаривают ее в течение 5—10 минут, непрерывно помешивая. Поджаривать муку можно и без жира. В этом случае просеянную муку насыпают на сковороду или противень и поджаривают в жарочном шкафу при температуре 130–150°. Можно поджаривать муку и на плите на алюминиевой или чугунной сковороде с толстым дном. Муку следует часто перемешивать.

Поджаренную муку разводят горячим бульоном и вливают в суп за 10–15 минут до окончания варки.

62. Суп овощной с салакой, килькой, хамсой или тюлькой

На 4 порции: 500 г свежей салаки, кильки, хамсы или тюльки, 1 столовая ложка муки, 1 брюква или 2 шт. моркови, 800 г картофеля, 1–2 луковицы, 1 1/4 стакана молока, 2 столовые ложки жира, лавровый лист, перец горошком, 1 столовая ложка растертого майорана и 1 столовая ложка нарезанной зелени петрушки или укропа, соль.

Рыбу разделывают, крупную салаку, кроме того разрезают на куски. Очищенную и обмытую брюкву или морковь нарезают соломкой или ломтиками, картофель — дольками. Лук очищают.

Подготовленные овощи кладут в подсоленную кипящую воду и варят. За 10–15 минут до окончания варки суп заправляют поджаренной мукой, разведенной молоком, кладут рыбу и специи. В готовый суп добавляют жир и нарезанную зелень петрушки или укроп.

63. Суп картофельный с салакой, килькой, хамсой или тюлькой

На 4 порции: 500 г свежей салаки, кильки, хамсы или тюльки, 800 г картофеля, 1–2 луковицы, 1 1/4 стакана молока, 2 столовые ложки жира, перец, лавровый лист, зелень петрушки и укроп, соль.

Суп готовят так же, как указано выше (см. № 62), но без муки. Молоко и жир кладут одновременно с рыбой.

64. Суп-пюре из салаки

На 4 порции: 800 г свежей салаки, 2 стакана молока, 500 г картофеля, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки жира, 3 столовые ложки сметаны, 1–2 желтка, лавровый лист, перец горошком, соль.

Салаку разделывают, нарезают кусками и кладут в посуду. Добавляют картофель, нарезанный ломтиками, и лук; затем наливают воду (чтобы картофель был покрыт на 1/3), кладут соль, перец, лавровый лист, накрывают посуду крышкой и варят при тихом кипении до готовности. Готовую рыбу и картофель протирают через сито. После этого поджаривают муку (без жира), разводят ее горячим молоком или водой, размешивают, нагревают до кипения, в полученную массу добавляют протертый картофель с рыбой и варят еще 10–15 минут. В готовый суп добавляют смесь из яичных желтков и молока, а также сметану и нарезанную зелень петрушки или укроп.

65. Суп картофельный с фрикадельками из салаки

На 4 порции: 300 г картофеля, 1–2 луковицы, перец горошком, лавровый лист, соль.

На фрикадельки: 600 г свежей салаки, 50 г пшеничного хлеба, 1 яйцо, 50 г воды или молока, перец, соль.

В кипящую подсоленную воду кладут очищенный лук и картофель, нарезанный дольками или ломтиками, и варят. За 10–15 минут до готовности картофеля в суп кладут фрикадельки, перец горошком, лавровый лист и варят при слабом кипении.

Фрикадельки готовят так: салаку разделывают, промывают и пропускают через мясорубку. Измельченную рыбу соединяют с замоченным в молоке или воде хлебом, добавляют соль, перец, перемешивают и снова пропускают через мясорубку, после чего добавляют взбитые яйца. Подготовленную массу разделывают в виде небольших шариков.

66. Суп из копченой салаки

На 4 порции: 12–15 шт. копченой салаки, 800 г картофеля, 1–2 луковицы, 1–2 шт. моркови, 2 столовые ложки жира, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки сметаны, зелень петрушки или укроп, соль.

Морковь, нарезанную ломтиками, и лук кладут в кипящую подсоленную воду и варят в течение 10–15 минут, затем добавляют картофель, нарезанный ломтиками, и очищенную от кожицы размельченную салаку. За 10–15 минут до готовности супа добавляют разведенную водой поджаренную муку и жир. В готовый суп кладут нарезанную зелень петрушки или укроп.

67. Борщ с хамсой

На 4 порции: 300 г соленой хамсы, 4 штуки свеклы, 300 г свежей капусты, 1–2 шт. моркови, 1 корешок петрушки, 1–2 луковицы, 2 столовые ложки томата-пюре, 1 столовая ложка пшеничной муки, 2–3 столовые ложки жира, 1 столовая ложка сахарного песка, 2 столовые ложки уксуса, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка нарезанной зелени петрушки или укропа, перец, лавровый лист.

Подготовленную свеклу варят в коже или пекут, затем очищают и нарезают соломкой. Нашинкованные коренья, лук и томат-пюре поджаривают. Свежую капусту шинкуют соломкой, кладут в кастрюлю с кипящей водой, варят до полуготовности, после чего добавляют поджаренные коренья, лук, томат-пюре, нарезанную свеклу, разделанную хамсу. Варят еще 10–15 минут. Затем в борщ кладут сахар, столовый уксус, перец, лавровый лист, заправляют поджаренной мукой, разведенной горячим бульоном или водой, и кипятят 10–15 минут.

При подаче в тарелку добавляют сметану и нарезанную зелень петрушки или укроп.

Этот борщ можно приготовлять также и с соленой килькой и тюлькой.

68. Борщ с тюлькой

На 4 порции: 300 г соленой тюльки, 4 шт. свеклы, 4 картофелины, 1–2 шт. моркови, 1 корешок петрушки, 1–2 луковицы, 2 столовые ложки томата-пюре, 1 столовая ложка пшеничной муки, 2–3 столовые ложки жира, 1 столовая ложка сахарного песка, 2 столовые ложки уксуса, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка измельченной зелени петрушки или укропа, перец, лавровый лист.

Свеклу, нарезанную соломкой или ломтиками, тушат до готовности в закрытой посуде с добавлением жира, небольшого количества воды и томата-пюре. После окончания тушения к свекле добавляют столовый уксус.

Коренья, нарезанные соломкой, и нашинкованный лук слегка обжаривают. В кипящую воду кладут картофель, нарезанный брусочками или дольками, и доводят до кипения, затем добавляют тушеную свеклу, разделанную тюльку, обжаренные коренья и лук. За 10–15 минут до готовности в борщ кладут поджаренную муку, разведенную горячим бульоном, сахар, перец и лавровый лист.

При подаче в тарелку кладут сметану и нарезанную зелень петрушки или укроп.

Для приготовления борща вместо тюльки можно использовать соленую салаку, кильку или хамсу.

69. Борщ холодный с килькой, хамсой или тюлькой

На 4 порции: 300 г соленой кильки, хамсы или тюльки, 4 шт. свеклы, 1–2 шт. моркови, 1–2 свежих огурца, 1–2 яйца, сахар, столовый уксус, соль, 2 столовые ложки сметаны, укроп.

Свеклу, морковь шинкуют соломкой и варят в небольшом количестве воды до готовности. Затем доливают до нормы водой, кладут соль, сахар, доводят до кипения, заправляют уксусом и охлаждают. При подаче на стол в тарелку кладут нарезанные огурцы, сваренные вкрутую яйца, наливают борщ и заправляют сметаной и рубленым укропом.

Соленую хамсу, кильку или тюльку перебирают, промывают и подают на тарелочке отдельно или в виде бутербродов. У крупной кильки и хамсы можно удалить кости, а мякоть нарезать на кусочки и положить в тарелку с борщом (рис. 7).

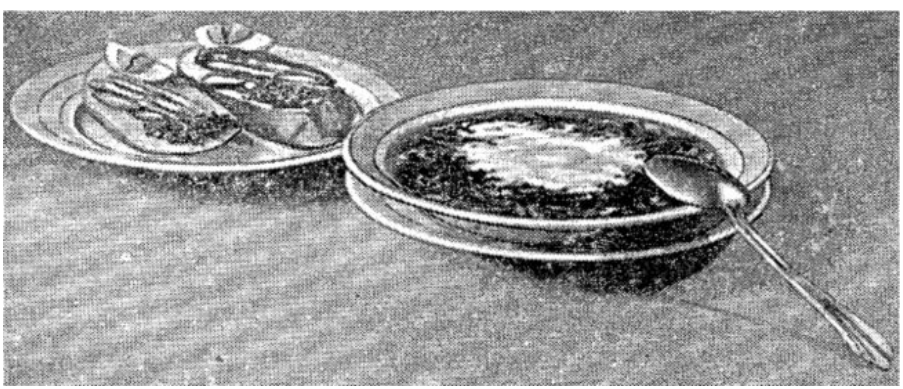


Рис. 7. Борщ холодный с килькой, хамсой или тюлькой

70. Щи из квашеной капусты с хамсой

На 4 порции: 300 г соленой хамсы, 500 г капусты квашеной, I—2 шт. моркови, 1 корешок петрушки, I—2 луковицы, 2 столовые ложки томата-пюре, 1 столовая ложка пшеничной муки, 2–3 столовые ложки жира, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка нарезанной зелени петрушки или укропа, перец горошком, лавровый лист.

Нашинкованные коренья и лук обжаривают. Капусту предварительно тушат с жиром и томатом-пюре около 1 часа. Затем в капусту доливают горячую воду, кладут подготовленные коренья и лук и варят до готовности. За 10–15 минут до готовности в щи кладут разделанную хамсу, заправляют поджаренной мукой, разведенной горячим бульоном или водой, добавляют перец, лавровый лист.

При подаче в тарелку кладут сметану, нарезанную зелень петрушки или укроп.

Это блюдо можно готовить также с соленой килькой или тюлькой.

71. Щи из квашеной капусты с картофелем и тюлькой

На 4 порции: 300 г соленой тюльки, 300 г капусты квашеной, 1–2 шт. моркови, 1 корешок петрушки, 1–2 луковицы, 300 г картофеля, 2 столовые ложки томата-пюре, 1 столовая ложка пшеничной муки, 2–3 столовые ложки жира, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка нарезанной зелени петрушки или укропа, перец горошком, лавровый лист.

Способ приготовления этого блюда такой же, как щей из квашеной капусты с хамсой (см. № 70), но при варке щей по данному рецепту картофель, нарезанный ломтиками, кладут в кипящую воду и, когда он будет почти готов, добавляют тушеную квашеную капусту, поджаренные коренья и лук.

Для приготовления этого блюда вместо тюльки можно использовать соленую салаку, кильку или хамсу.

72. Рассольник с хамсой

На 4 порции: 300 г соленой хамсы, 500 г картофеля, 1–2 шт. моркови, 1 корешок петрушки, 1–2 луковицы, 2 соленых огурца, 2–3 столовые ложки жира, 2 столовые ложки, перловой крупы, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка нарезанной зелени петрушки или укропа, перец, лавровый лист.

Хамсу разделывают, картофель очищают, промывают и нарезают дольками или брусочками; коренья, нарезанные соломкой, и шинкованный лук поджаривают с жиром; огурцы очищают, удаляют семена и нарезают ромбиками. Огурцы с тонкой кожей и мелкими семенами можно не очищать.

Промытую перловую крупу кладут в кипящую воду и варят до готовности, затем добавляют картофель, поджаренные коренья и лук. После того как рассольник закипит, кладут нарезанные огурцы, а за 10–15 минут до готовности добавляют разделанную хамсу, перец, лавровый лист.

При подаче на стол в рассольник кладут сметану, нарезанную зелень петрушки или укроп.

Рассольник можно готовить также с соленой килькой или тюлькой.

Рис. 8. К холодным супам — борщу, зеленым щам из щавеля или шпината, окрошке — рекомендуется подавать соленую или маринованную салаку, хамсу или тюльку

73. Рассольник с тюлькой

На 4 порции: 300 г соленой тюльки, 800 г картофеля, 1–2 корешка петрушки, 1 корешок сельдерея, 2 луковицы, 2 соленых огурца, 100 г щавеля или шпината, 2–3 столовые ложки жира, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка нарезанной зелени петрушки или укропа.

В кипящую воду кладут нарезанный дольками или брусочками картофель, поджаренные шинкованные коренья, лук и доводят до кипения; затем добавляют нарезанные огурцы и продолжают варку. За 5—10 минут до готовности кладут разделанную тюльку и нарезанные щавель или шпинат.

При подаче на стол в рассольник добавляют сметану и нарезанную зелень петрушки или укроп. Такой рассольник можно приготовить также с соленой килькой и хамсой.

74. Суп картофельный с хамсой

На 4 порции: 300 г соленой хамсы, 800 г картофеля, 2 шт. моркови, 1 корешок петрушки, 1–2 луковицы, 1 столовая ложка томата-пюре, 2–3 столовые ложки жира, 1 столовая ложка зелени петрушки или укропа.

В кастрюлю с кипящей водой кладут картофель, нарезанный ломтиками, поджаренные коренья и лук. За 10–15 минут до готовности добавляют разделанную хамсу и томат-пюре. При подаче в тарелку кладут нарезанную зелень петрушки или укроп.

Вместо хамсы суп можно приготовить с соленой салакой, килькой и тюлькой.

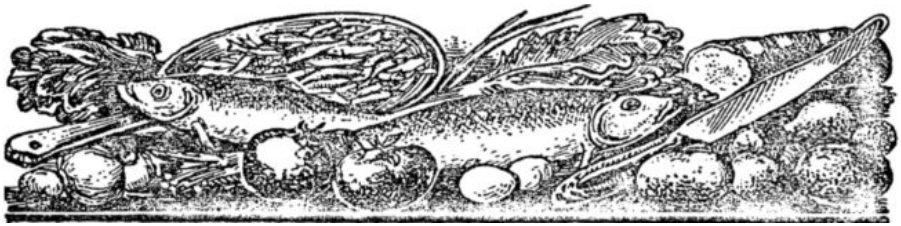
75. Суп крестьянский с тюлькой

На 4 порции: 300 г соленой тюльки, 1–2 шт. моркови, 1 корешок петрушки, 1–2 луковицы, 500 г картофеля, 400 г капусты свежей, 1 столовая ложка томата-пюре, 2–3 столовые ложки жира, 1 столовая ложка нарезанной зелени петрушки или укропа, перец горошком, лавровый лист.

Свежую капусту, нарезанную квадратиками, кладут в кипящую воду. Когда суп снова закипит, добавляют картофель, нарезанный ломтиками, поджаренные коренья, лук и разделанную тюльку. За 10–15 минут до окончания варки кладут томат-пюре, перец и лавровый лист.

Суп крестьянский можно приготовить и с килькой или хамсой.

Вторые блюда



Вторые блюда можно приготовлять из свежей и соленой салаки, кильки, хамсы и тюльки, а также из копченой и сушеной салаки. Разделка рыбы для приготовления вторых блюд производится так же, как и для холодных закусок (см. стр. 5).

Из свежей рыбы приготовляют вареные, тушеные, жареные и запеченные блюда; из соленой (после ее вымачивания) — все тушеные блюда и некоторые виды жареных.

Для жарения рыбы рекомендуется растительное масло (подсолнечное, хлопковое, соевое или арахисовое).

Для жарения рыбы в большом количестве жира (во фритюре) можно рекомендовать также растительное масло или растительные кухонные жиры (гидрожир, растительное сало).

В тех случаях, когда блюда требуют топленого или сливочного масла, это оговорено в рецептах.

Блюда из салаки, кильки, хамсы, тюльки подают к столу с картофелем, овощами и с разными соусами или растопленным жиром. Дополнительно к гарнирам можно подавать огурцы, свежие или соленые, помидоры, салат из капусты и украшать измельченной зеленью петрушки, сельдерея или укропом.

76. Салака отварная со сметанным соусом

1 кг свежей салаки, 2–3 луковицы, перец горошком, 3–4 лавровых листа, 3–4 столовые ложки масла, 1 столовая ложка муки, 1 стакан молока или 1/2 стакана сметаны, соль.

Разделанную (без головы) салаку укладывают в посуду рядами. Каждый ряд пересыпают нарезанным луком, перцем, кладут лавровый лист, добавляют жир, немного воды и варят. По готовности рыбу вынимают; оставшейся жидкостью разводят муку, затем добавляют молоко или сметану, соль по вкусу и варят на слабом огне до состояния полугустого соуса, с которым и подают салаку.

77. Салака отварная с горчичным соусом

Салака свежая, укроп, перед горошком, уксус, ржаная мука, вода для теста, соус горчичный, соль.

Разделанную салаку укладывают рядами в глиняную посуду вперемежку с укропом, перцем и солью; добавляют немного уксуса. Наполненную банку закрывают крышкой и замазывают тестом из ржаной муки на воде. Банку с салакой помещают в котел, наполовину заполненный кипящей водой. Варят салаку таким образом 2–3 часа. К столу салаку подают горячей с горчичным соусом (№ 155) или холодной — с уксусом.

78. Салака отварная с пряностями

500 г свежей салаки, 2 стакана воды, перец душистый, лавровый лист, 1 столовая ложка муки, $1/_2$ столовой ложки жира, укроп, зелень петрушки, лук порей, соль.

Разделанную салаку варят в воде со специями и луком пореем. К столу подают с картофелем и соусом, изготовленным на бульоне, полученном от отваривания салаки, с добавлением жира, муки и зелени.

79. Салака сушеная отварная

Разделанную салаку варят в воде со специями и луком. К столу подают в молочном соусе с луком (см. № 158), с отварным картофелем.

80. Салака, килька, хамса или тюлька, тушенные в масле

500 г свежей салаки, кильки, хамсы или тюльки, 1/2 стакана подсолнечного масла, 4–5 луковиц, черный перец горошком, лавровый лист, соль.

Разделанную рыбу укладывают в кастрюлю рядами, между рядами рыбы кладут лук, нарезанный кольцами, и специи. Заливают маслом и тушат на небольшом огне 1/2—2 часа.

81. Салака, килька, хамса или тюлька, тушенные в масле с томатом

500 г свежей салаки, кильки, хамсы или тюльки, 1/2 стакана подсолнечного масла, 4–5 луковиц, 3 столовые ложки томата-пюре, черный перец горошком, лавровый лист, соль.

Приготовляется так же, как указано выше (см. № 80), но с добавлением томата-пюре.

82. Салака, тушенная целиком

1 кг свежей салаки, черный перец горошком, лавровый лист, 2 луковицы, 2–3 столовые ложки жира, столовый уксус, соль.

Выпотрошенную, хорошо промытую и слегка подсоленную салаку укладывают в посуду. Между рядами рыбы кладут лук, специи; сбрызгивают жиром. Затем салаку заливают столовым уксусом и ставят под крышкой томиться в жарочный шкаф.

83. Салака, килька, хамса или тюлька, тушенные с картофелем

500 г свежей рыбы, 1 кг картофеля, 1 луковица, 1/2 стакана молока, 1 столовая ложка муки, 1/2 столовой ложки жира, соль.

Очищенный картофель варят до полуготовности в воде с нарезанным луком. Разделанную салаку кладут на картофель, добавляют молоко, в котором предварительно разводят муку, и все тушат до готовности. Перед подачей на стол в блюдо добавляют жир.

84. Салака, килька, хамса или тюлька, тушенные с петрушкой

750 г свежей рыбы, 2 1/2 столовой ложки жира, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки мелко нарезанной петрушки, 1 стакан теплой воды, соль.

Разделанную салаку укладывают в смазанную жиром посуду. Слои рыбы пересыпают солью и мелко нарезанной петрушкой, поливают жиром и приготовленным соусом. Рыбу тушат на слабом огне до готовности при плотно закрытой крышке. Для соуса муку поджаривают с маслом, разводят водой и дают закипеть.

Подают к столу с отварным картофелем.

85. Салака, килька, хамса или тюлька, тушенные с зеленью

500 г свежей салаки, кильки, хамсы или тюльки, 1 столовая ложка муки, 2–3 столовые ложки жира, укроп, лук порей, вода, соль.

Разделанную рыбу обваливают в муке, смешанной с солью, и укладывают рядами в посуду. Каждый ряд поливают жиром и посыпают мелко нарезанной зеленью. Воды наливают столько, чтобы рыба была только покрыта ею, и тушат до готовности. В блюдо можно добавить молоко или сметану.

86. Салака, тушенная со свининой

500 г свежей салаки, 200 г свинины, 2 луковицы, молоко или вода, соль.

Поджаривают тонкие ломтики свинины, затем кладут разделанную салаку и продолжают жарить 5—10 минут. Поджаренную свинину и рыбу укладывают в посуду, сверху кладут лук, нарезанный кольцами. В посуду наливают столько воды или молока, чтобы $^3/_4$ продуктов было покрыто ими и тушат под закрытой крышкой. В блюдо можно добавить 1 столовую ложку муки.

87. Салака, килька, хамса или тюлька, тушенные с картофелем и сметаной

500 г свежей рыбы, укроп, 1 столовая ложка муки, 1 картофеля, 2 столовые ложки жира, 2 луковицы, вода или молоко, 2 столовые ложки сметаны, соль.

Очищенную салаку, кильку, хамсу или тюльку помещают в посуду, чередуя с нарезанными ломтиками картофеля, наливают воду или молоко, добавляют специи и тушат. За 5—10 минут до готовности добавляют муку, разведенную в воде или молоке, сметану и мелко нашинкованный жареный лук.

88. Салака, тушенная с овощами

500 г свежей салаки, 2 шт. моркови, 8 картофелин, 1/2 брюквы, 1 луковица, перец, 1 1/2 столовой ложки муки, вода, 1 стакан сливок или молока, 2 столовые ложки жира, соль.

Разделанную салаку укладывают в посуду, чередуя с овощами, нарезанными тонкими ломтиками. Каждый слой сбрызгивают жиром, посыпают солью и перцем, затем заливают соусом (для соуса муку поджаривают с маслом, разводят водой, дают закипеть) и тушат. За 5 минут до готовности добавляют сливки или молоко.

89. Салака, тушенная в томатном соусе

1 кг свежей салаки, 500 г помидоров, перец молотый, сахар, 2–3 столовые ложки растительного масла, соль.

Разделанную салаку жарят, укладывают в небольшую кастрюлю и заливают томатным соусом, затем кастрюлю закрывают крышкой и ставят на кипящую водяную баню (в миску с водой или в кастрюлю большего размера) на 2–3 часа.

Для соуса помидоры режут крупными кусками, добавляют соль, перец, немного сахара и припускают в собственном соку.

Для отделения кожицы помидоры протирают через дуршлаг или сито. Приготовленный соус заправляют растительным маслом.

90. Салака, тушенная в томатном соусе с овощами

800 г свежей салаки, 2 шт. моркови, 1 петрушка, 1/4 корня сельдерея, 1 луковица, 2–3 столовые ложки томата-пюре, 2–3 столовые ложки растительного масла, ¾ стакана столового уксуса, 1 чайная ложка сахарного песка, лавровый лист, перец душистый горошком, гвоздика, корица в порошке, картофель, соль.

Разделанную салаку укладывают в посуду в 2 или 3 ряда, чередуя со слоями нашинкованных овощей, добавляют растительное масло, томат-пюре, уксус, специи и тушат 1 1/2—2 часа. На гарнир подают отварной картофель.

91. Салака, тушенная в молоке

500 г свежей салаки, 1 стакан молока, 1 луковица, 2 столовые ложки растительного масла, лавровый лист, горький перец горошком, картофель, соль.

Разделанную салаку кладут в сотейник, перекладывают шинкованным сырым луком, заливают молоком, добавляют масло, лавровый лист, перец и тушат на медленном огне 1–1 1/2 часа.

Подают с отварным картофелем.

92. Салака, тушенная в соусе из щавеля

500 г свежей салаки, 250 г щавеля, 1–2 столовые ложки пшеничной муки, подсолнечное масло для жарения, 2 луковицы, 1 столовая ложка томата-пюре, чеснок, зелень петрушки.

Разделанную салаку обваливают в муке и обжаривают, затем укладывают в один ряд в сотейник, заливают щавелевым соусом и тушат.

Для приготовления соуса целые листья щавеля (без черешков), зелень петрушки, поджаренный лук, томат-пюре тушат с небольшим количеством воды 10–15 минут, затем добавляют растертый с солью чеснок.

93. Сушеная салака с овощами

250 г сушеной салаки, 1 1/2 столовой ложки жира, 1 шт. моркови, пастернак, 1/2 брюквы, 6 картофелин, 1 луковица, горький перец горошком, 1 $1/_2$ столовые ложки муки, петрушка.

Жир распускают в посуде и кладут в нее сначала часть очищенных, мелко нарезанных овощей, затем картофель, размоченную и разделанную сушеную салаку, сверху укладывают остальные овощи. Между слоями насыпают мелко нарезанную зелень, специи и муку, добавляют воду и тушат до готовности.

94. Рулеты из сушеной салаки

500 г сушеной салаки, 3 столовые ложки муки, 1/2 стакана молока, жир для жарения.

Сушеную салаку вымачивают, разделывают, распластовывают и сворачивают в рулеты, начиная с хвоста. Рулеты обваливают в муке, укладывают в смазанную жиром посуду и ставят в жарочный шкаф, сбрызгивают жиром. Когда рулеты поджарятся, добавляют молоко и тушат еще некоторое время в шкафу.

95. Сушеная салака со шпигом

1 кг сушеной салаки, 100 г шпига, 2 луковицы, горький перец горошком, лавровый лист.

Сушеную салаку вымачивают и очищают, затем рыбу разделывают и укладывают рядами в посуду с плоским дном. Между слоями укладывают ломтики шпига, лук, перец, лавровый лист, добавляют немного воды и тушат в жарочном шкафу до готовности.

96. Завтрак из сушеной салаки

500 г сушеной салаки, жир для жарения, 2–3 луковицы, перец молотый, 1 столовая ложка муки, 1 стакан молока, 8—10 картофелин.

Вымоченную сушеную салаку очищают, затем обжаривают в жире на слабом огне, добавляют нарезанный лук, перец, муку и продолжают жарить, затем салаку растирают в кашицу, в которую добавляют молоко, после чего дают немного прокипеть. Подают с отварным картофелем.

97. Тушенка из копченой салаки

20—30 шт. копченой салаки, 1/4 стакана сметаны или молока, 1 столовая ложка жира, перец, 8 картофелин.

Копченую салаку очищают от внутренностей, кожи. Молоко или сметану кипятят с жиром и перцем, а затем добавляют очищенную копченую салаку и дают вскипеть при осторожном помешивании.

К столу подают с отварным картофелем.

98. Тушенка из кильки, тюльки или хамсы с помидорами

1 кг свежей кильки, тюльки или хамсы, 1–2 луковицы, 200–250 г красных помидоров или 2 столовые ложки томата-пюре, черный перец молотый, лавровый лист и соль.

Рыбу разделывают, удаляя головки, внутренности и тщательно промывают в воде. Очищенный лук нарезают тонкими кольцами и тушат в небольшом количестве воды на глубокой сковороде. Затем добавляют очищенные и нарезанные кружками помидоры и продолжают тушить 5—10 минут.

После этого рыбу сверху посыпают измельченным черным перцем, добавляют лавровый лист, небольшое количество воды, закрывают крышкой и тушат на огне или в жарочном шкафу в течение 5—10 минут.

99. Салака, жаренная на углях

Разделанную свежую салаку (с головой) обмывают, обсушивают, слегка солят, нанизывают на проволоку или помещают ее на специально изготовленную проволочную сетку, которую устанавливают на угли и жарят до готовности. Рыбу поджаривают с обеих сторон. Зажаренную салаку, погружают затем на 1 секунду в горячий солевой раствор (столовая ложка соли на стакан воды).

При отсутствии углей салаку жарят на сухой сковороде без жира. Обтертую салаку укладывают на горячую сковороду и обжаривают с обеих сторон до образования румяной корочки. Зажаренную таким образом салаку также смачивают в растворе соли.

Жареную салаку можно также приготовить, положив ее на плиту или на сковороду с раскаленной солью. Соль препятствует появлению неприятного горелого привкуса. Поджаривание производят так же, как описано выше, но после жарения салаку погружают не в солевой раствор, а просто в горячую воду.

Слабо просоленную (т. е. находившуюся в посоле примерно один день) салаку жарят на углях так же, как и свежую салаку, но смачивают ее после жарения в кипятке.

При обжаривании сушеной салаки ее следует предварительно вымочить в воде. Жареную таким образом салаку подают к столу в горячем виде с растопленным маслом и жареным картофелем.

100. Соленая салака, жаренная на углях, с творогом

500 г соленой салаки, 2 столовые ложки растительного масла, 5 картофелин, 1 стакан творога, 3 столовые ложки сметаны, 30 г сливочного масла, зелень петрушки.

Соленую салаку вымачивают, разделывают, обмакивают в масло и жарят на углях, нанизанной на проволоку или уложенной на решетку (см. № 99).

Салаку подают к столу с отварным картофелем, на который кладут кусочек сливочного масла, и творогом, политым сметаной. Блюдо посыпают зеленью петрушки.

101. Соленая салака, жаренная в пергаменте

300 г соленой салаки, 1 соленый огурец, 1 столовая ложка томата-пюре, 1 яйцо, 1 шт. моркови, 2 столовые ложки растопленного сливочного масла, сахар, 8 картофелин, зелень петрушки.

Соленую салаку хорошо вымачивают, разделывают, вынимают хребтовую кость. Между двумя филе кладут смесь из рубленых соленых огурцов, отварной моркови, крутых яиц, заправленную томатом-пюре и сахаром, и завертывают каждую фаршированную рыбку в пергаментную бумагу. Затем жарят в жарочном шкафу до потемнения бумаги. Подают к столу, не развертывая, с отварным картофелем, политым маслом и посыпанным зеленью.

102. Салака, жаренная на сковороде

500 г свежей салаки, 1–2 столовые ложки пшеничной муки, жир для жарения, картофель, соль.

Разделанную салаку посыпают солью, обваливают в муке и обжаривают с обеих сторон на сковороде. В качестве гарнира к жареной салаке подают жареный или отварной картофель.

103. Салака, жаренная с укропом

500 г свежей салаки, 2 столовые ложки пшеничной муки, укроп, жир для жарения, соль.

Салаку разделывают, соль, смешанную с мелко нарезанным укропом, кладут внутрь каждой тушки. Рыбу обваливают в муке и обжаривают на сковороде.

104. Салака, жаренная с яйцом

500 г свежей салаки, 1/2 яйца, 2 столовые ложки пшеничной муки, жир для жарения, соль.

Салаку разделывают, солят, смачивают смесью яйца и муки и обжаривают в жире с обеих сторон. К столу блюдо подают с отварным картофелем, картофельным пюре или тушеным горохом и различными соусами.

105. Салака, жаренная с томатом

500 г свежей салаки, 2 столовые ложки томата-пюре, 2 столовые ложки пшеничной муки, 1/4 стакана молока, 1/2 яйца, жир для жарения, соль.

С внутренней стороны каждую тушку разделанной салаки смазывают томатом с солью. Тушки складывают попарно, смачивают яично-молочной смесью, обваливают в муке и обжаривают.

106. Салака жареная в томатном соусе

500 г свежей салаки, 2 столовые ложки ржаной муки, жир для жарения. Для соуса: 1 чайная ложка жира, 1 чайная ложка пшеничной муки, стакана воды или рыбного бульона, перец, 1 столовая ложка томата-пюре, 2 столовые ложки сметаны, соль.

Салаку разделывают, обваливают в ржаной муке и обжаривают. Из перечисленных выше продуктов приготовляют соус (приготовление соуса см. в рецепте № 156), в котором салаку тушат 3–5 минут. К столу блюдо подают вместе с соусом.

107. Салака, жаренная в тесте

500 г свежей салаки, 1 столовая ложка соли, 2 столовые ложки пшеничной муки, 1/2 стакана молока или воды, 1/2 столовой ложки масла, 1 яичный белок, жир для жарения, соус майонез.

Разделанную салаку пересыпают солью и оставляют на некоторое время. После этого салаку обтирают насухо, распластовывают и свертывают в кольца, начиная с хвоста, кожей внутрь. Муку разводят молоком или водой, добавляют растопленное масло, замешивают тесто (его не следует долго месить, чтобы оно не стало вязким) и добавляют взбитый белок. Рулеты из салаки обмакивают в тесто и жарят в жире. Подают салаку в горячем виде с соусом майонез (№ 149).

108. Салака в укропном рассоле

Салака свежая, стебли укропа, жир для жарения, соль.

Салаку разделывают, обмывают и слегка обсушивают. Воду с солью и некоторым количеством стеблей укропа кипятят до тех пор, пока отвар не приобретет вкус укропа. Салаку жарят на сковороде с жиром. Жареную салаку кладут на некоторое время в горячий отвар укропа. Подают салаку теплой или холодной.

109. Соленые салака, килька или хамса жареные, со сметаной

500 г соленой рыбы, 2 столовые ложки пшеничной муки, растительное масло для жарения, 4 столовые ложки сметаны, 8 картофелин.

Салаку, кильку или хамсу вымачивают, разделывают, обваливают в муке, обжаривают, так чтобы она стала хрустящей, и заливают сметаной. Подают к столу с отварным картофелем.

110. Соленые салака, килька или хамса жареные, со сметанным соусом с луком

500 г соленой рыбы, 4 столовые ложки размолотых пшеничных сухарей, растительное масло для жарения, 8 картофелин, соус сметанный с луком, зелень петрушки.

Салаку, кильку или хамсу вымачивают, разделывают, обваливают в сухарях и жарят. Затем посыпают зеленью петрушки и подают с отварным картофелем и сметанным соусом с луком (см. № 159).

111. Сушеная салака жареная

500 г сушеной салаки, 1 яйцо, 3 столовые ложки муки, жир для жарения, картофель, томатный соус.

Сушеную салаку вымачивают в воде (которую периодически меняют) и очищают. Затем салаку смачивают в яйце, обваливают в муке и обжаривают. Подают с жареным картофелем и томатным соусом (см. № 156).

112. Яичница с копченой салакой

12 шт. копченой салаки, 3 яйца, жир для жарения.

Салаку очищают от кожи, вынимают внутренности, кладут на порционную сковороду с жиром, прогревают, выливают яйца, солят и доводят яичницу до готовности на плите или в жарочном шкафу.

Блюдо подают немедленно по изготовлении.

113. Жареные килька, хамса или тюлька с картофелем

500 г соленой кильки, хамсы или тюльки, 1 или 2 столовые ложки пшеничной муки, растительное масло для жарения, 8 картофелин.

Подготовленную кильку, хамсу или тюльку обваливают в муке и поджаривают на сковороде с обеих сторон. На гарнир к жареной рыбе подают отварной или жареный картофель.

114. Жареные килька, тюлька с гарниром

500 г соленой кильки или тюльки, 1–2 столовые ложки пшеничной муки, растительное масло для жарения, 8 картофелин, 4 шт. моркови. 2 чайные ложки масла сливочного, соус белый.

Подготовленную кильку или тюльку обваливают в муке и поджаривают на сковороде с обеих сторон, так чтобы она стала хрустящей. Подают с отварным картофелем или тушеной морковью, политыми белым соусом (см. № 151). Морковь для гарнира режут ломтиками и тушат со сливочным маслом.

115. Килька, хамса или тюлька, жаренные в жире (фри)

500 г свежей или соленой кильки, хамсы или тюльки, 1–2 столовые ложки пшеничной муки, 1 яйцо, 2–3 столовые ложки молотых пшеничных сухарей, жир для жарения, 8—10 картофелин.

Свежую хамсу, тюльку или кильку тщательно промывают, (соленую рыбу предварительно вымачивают), обваливают в муке, затем смачивают в яйце, обваливают в сухарях и обжаривают в жире. На гарнир подают жареный в жире картофель.

116. Запеканка из салаки

500 г свежей салаки, 2 яйца, 2 стакана молока, 1 столовая ложка муки, 1 луковица, перец черный молотый, соль.

Разделанную, слегка подсоленную салаку вместе с нарезанным луком кладут в форму или в миску, заливают сверху яйцом, смешанным с молоком, мукой и перцем и запекают.

117. Запеканка из салаки с картофелем

500 г свежей салаки, 1 кг картофеля, 1 луковица, 50 г шпига, 2 стакана молока, 2 столовые ложки муки или 1 яйцо, 1 столовая ложка натертого пшеничного хлеба, жир, столовый уксус, соль.

На дно смазанной формы кладут слой ломтиков картофеля, на них — слой разделанной и подсоленной салаки, нарезанного лука и шпига, а затем опять слой картофеля. Молоко смешивают с мукой (или яйцом), этой смесью заливают картофель с салакой и запекают в жарочном шкафу. Уксус подают отдельно.

118. Запеканка из салаки с картофелем и брюквой

500 г свежей салаки, 2–3 большие картофелины, 1 брюква средней величины, 2 стакана молока, 1 яйцо, 1 луковица, перец молотый, 2 столовые ложки жира, соль.

Вареный картофель и брюкву разрезают на ломтики, салаку разделывают и слегка солят; форму наполняют картофелем, брюквой, салакой, которую укладывают слоями, слои поливают жиром, пересыпают перцем, обжаренным луком, заливают смесью яйца с молоком и запекают в печи. Это блюдо можно приготовить также из вымоченной сушеной салаки.

119. Запеканка из салаки с картофелем и шпигом

500 г свежей салаки, 1 кг картофеля, 2 стакана молока, 1 1/2 столовой ложки муки, лук, шпиг, соль.

Разделанную салаку перемешивают с нарезанным тонкими ломтиками сырым картофелем и шпигом, кладут в форму, заливают смесью молока и муки с натертым луком. Можно посыпать поверхность тертым сыром. Запекают блюдо в течение 45–60 минут.

120. Запеканка из салаки с картофелем и луком

500 г свежей салаки, 1 кг картофеля, 2 луковицы, молоко и мука (на 0,5 л молока 1 столовая ложка муки) или молоко и яйцо (на 0,5 л молока 1 яйцо), жир, соль.

В смазанную форму или на сковороду укладывают слоями отварной картофель, нарезанный ломтиками, разделанную салаку и натертый лук. Заливают смесью молока с мукой или молока с яйцом и запекают.

121. Запеканка из салаки с натертым хлебом

1 кг свежей салаки, 1 кг натертого пшеничного хлеба, 1 луковица, перец, 2 столовые ложки сыра, 2–3 яйца, 1/2 стакана воды или молока, соль.

Салаку разделывают и пропускают через мясорубку. Затем смешивают с натертым хлебом, яичными желтками, луком, солью, жиром, взбитыми белками, добавляют немного воды или молока, укладывают в смазанную форму и запекают.

122. Запеканка из салаки с ячневой кашей

500 г свежей салаки, 1 стакан ячневой крупы, 2 луковицы, 2 столовые ложки жира, смесь молока с яйцом (на 1/2 стакана молока 1 яйцо), соль.

В смазанную жиром форму кладут сваренную ячневую кашу, на нее укладывают салаку и жаренный в жире лук. Затем снова кладут слой каши и заливают смесью молока с яйцом. Поверхность сбрызгивают жиром и запекают.

123. Запеканка из салаки с рисовой кашей

500 г свежей салаки, 1 стакан риса, 3 столовые ложки томата-пюре, 3 столовые ложки сметаны, смесь молока с яйцом (на 1/2 стакана молока 1 яйцо), натертый сыр, 2 столовые ложки жира.

Кашу соединяют с томатом-пюре, сметаной и укладывают, чередуя с салакой, в смазанную жиром форму, заливают смесью молока с яйцом, посыпают натертым сыром и запекают.

124. Запеканка из салаки паровая

500 г свежей салаки, 1/2 стакана натертого пшеничного хлеба,

2—3 яйца, молоко или вода, перец молотый, 2 столовые ложки топленого масла, 1 столовая ложка сметаны, соль.

Салаку разделывают, пропускают через мясорубку, добавляют натертый хлеб, яичные желтки, соль, перец, растопленное масло, сметану, немного воды или молока и затем взбитые белки. Смесью заполняют смазанную маслом и посыпанную натертым хлебом форму и варят на водяной бане (на пару) в течение 30–45 минут. Запеканку подают с растопленным маслом или с томатным соусом (см. № 156).

125. Салака запеченная

500 г свежей салаки, 3 столовые ложки ржаной муки, 1 столовая ложка жира, картофель, шпинат-пюре, соль.

Салаку разделывают, обваливают в муке, смешанной с солью, затем укладывают в смазанную жиром форму. Оставшийся жир кладут сверху кусочками и запекают. При такой жарке достигается значительная экономия жира. Рыбу подают с отварным картофелем и шпинатом.

126. Салака, запеченная с петрушкой

500 г свежей салаки, 1 столовая ложка пшеничной муки, 1 столовая ложка мелко нарубленной зелени петрушки, 1 чайная ложка столового уксуса, 1 столовая ложка топленого масла, 1 стакан воды, 1 морковь, соль.

Салаку разделывают, укладывают в глубокую форму, пересыпают зеленью петрушки, заливают соусом и запекают. Для соуса муку поджаривают с маслом, разводят подкисленной уксусом водой и дают закипеть. Готовую рыбу выкладывают на блюдо вместе с соусом и украшают вареной морковью.

127. Салака в белом соусе

500 г свежей салаки. Соус: 1 столовая ложка жира, 1 1/2 столовые ложки муки, 1 стакан молока, перец молотый, соль.

Разделанную салаку солят, сворачивают в рулеты (см. № 15) и укладывают в смазанную жиром форму. Из молока и муки делают соус. Для этого муку поджаривают с жиром, затем понемногу добавляют молоко, дают закипеть, заправляют специями, выливают на салаку и запекают. В соус можно добавить поджаренные грибы.

128. Салака, запеченная в яйце

500 г свежей салаки, 2 яйца, 2 стакана воды или рыбного бульона, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка муки, жир для жарения, зеленый лук, соль.

Салаку разделывают и обжаривают с двух сторон. Муку растирают с маслом, соединяют с яйцами и водой или бульоном. Этой смесью заливают обжаренные рыбки и запекают. При подаче на стол блюдо посыпают зеленым, луком.

129. Солянка из салаки на сковороде

1 кг свежей салаки, 1 столовая ложка жира, 1 столовая ложка томата-пюре, 2 соленых огурца, 1–2 луковицы, каперсы, маслины, 1 чайная ложка сухарей, 1 чайная ложка тертого сыра, ломтики лимона, маринованная вишня или брусника, зелень петрушки.

Для тушения капусты: 1 кг квашеной или свежей капусты, 2–3 ложки томата-пюре, 2–3 столовые ложки жира, сахар, столовый уксус, перец горошком, лавровый лист, соль.

Салаку разделывают, удаляют хребтовую кость и разрезают на 2–3 части (мелкую оставляют целиком). Очищенные и нарезанные тонкими дольками огурцы кладут в кастрюлю, добавляют каперсы, томат-пюре, поджаренный лук, немного бульона и кипятят 5—10 минут.

На сковороду, смазанную жиром, кладут слой тушеной капусты, а на нее — кусочки рыбы и подготовленные овощи, затем снова кладут тушеную капусту, поверхность выравнивают, посыпают сухарями, тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают в жарочном шкафу в течение 10–15 минут. При подаче к столу солянку украшают маслинами, ломтиками лимона, маринованной вишней или брусникой и зеленью петрушки.

130. Фаршированная салака

500 г свежей салаки, 100–150 г кильки, 2 столовые ложки жира, 2 столовые ложки натертого хлеба, 1/2 столовой ложки нарезанной зелени петрушки, соль.

Салаку разделывают и внутрь каждой тушки кладут кусочек кильки или целую кильку. Затем салаку укладывают в смазанную маслом и посыпанную натертым хлебом форму, сверху посыпают натертым хлебом, петрушкой, сбрызгивают жиром и запекают.

131. Фаршированная салака в томате

500 г свежей салаки или кильки, 1 столовая ложка жира, 1/2 стакана сливок или молока, 4 столовые ложки томата-пюре, соль.

Салаку разделывают и внутрь каждой тушки кладут кусочек кильки или целую кильку, затем салаку укладывают в смазанную форму; сливки или молоко смешивают с томатом-пюре и заливают салаку, затем сбрызгивают жиром и запекают в жарочном шкафу.

132. Запеканка из сушеной салаки с картофелем

500 г сушеной салаки, 10 отварных картофелин, 2 луковицы, ветчина или шпиг, 1 стакан молока и перец молотый или 1 яйцо.

Сушеную салаку вымачивают, сменяя воду 2–3 раза. Набухшую салаку разделывают и мелко нарезают Картофель, ветчину или шпиг нарезают на ломтики. Картофель, салаку и ломтики шпига кладут, чередуя слои, в форму и пересыпают их мелко нарубленным луком. Сверху кладут слой картофеля с ломтиками ветчины или шпига, заливают смесью молока с перцем или яйцом и запекают.

133. Запеканка из сушеной салаки с ячневой кашей

500 г сушеной салаки, 1 стакан ячневой крупы, 1 луковица, 2 яйца, перец, 2 столовые ложки топленого масла, картофель.

Сушеную салаку вымачивают, разделывают и пропускают через мясорубку. Мелко нарезанный лук обжаривают. Сваренную кашу смешивают с поджаренным луком, жиром, размельченной салакой, взбитым яйцом и перцем, кладут в смазанную жиром форму и запекают в жарочном шкафу в течение 45–60 минут. Блюдо поливают растопленным салом или топленым маслом, подают с отварным картофелем.

134. Запеканка из сушеной салаки с рисом

250 г сушеной салаки, 3/4 стакана риса, 1/2 стакана воды, 2 1/2 стакана молока, жир, перец молотый, 1–2 яйца.

Варят рисовую кашу на молоке с водой и жиром. Вымоченную сушеную салаку разделывают, мелко рубят, размельченную салаку, специи и взбитые яйца смешивают с остывшей кашей, которую затем выкладывают в смазанную жиром форму и запекают. Подают с растопленным маслом или томатным соусом (см. № 156).

135. Запеканка из копченой салаки с яйцом и помидорами

20 шт. копченой салаки, 3/4 л молока, 4–5 яиц, 2–3 помидора, перец, соль.

К яичным желткам добавляют молоко, очищенные от кожи и внутренностей мелко нарезанные копчушки, нарезанные ломтиками помидоры, взбитые белки, соль и перец. Смесь укладывают в форму и запекают.

136. Филе салаки жареное

1 кг свежей салаки, перец молотый, 1 столовая ложка мелконарубленного укропа, 3 столовые ложки пшеничной муки, жир для жарения, картофель, соль.

Салаку разделывают, распластовывают, не разрезая спинки, вынимают хребтовую кость. На внутреннюю сторону каждой тушки насыпают немного смеси, приготовленной из соли, перца и укропа. Тушки складывают попарно спинками наружу, обваливают в муке и поджаривают на сковороде с обеих сторон. К столу блюдо подают с картофельным пюре (рис. 9).

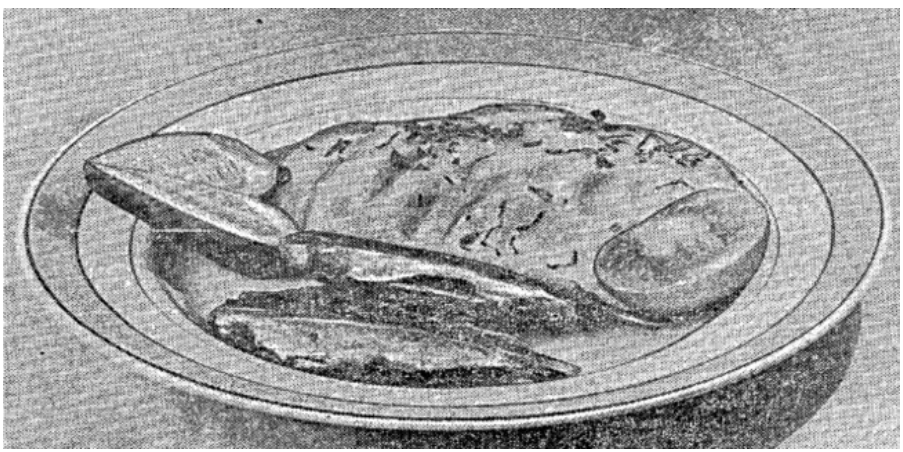


Рис. 9. Филе салаки жареное

137. Котлеты рубленые из салаки

1 кг свежей салаки, 1 яйцо, 3–4 луковицы, 150 г пшеничного хлеба, 3/4 стакана молока или воды, толченые сухари, жир для жарения, перец молотый, картофель, молочный соус. соль.

Разделанную салаку без кожи и костей пропускают через мясорубку вместе с луком и размоченным в молоке хлебом, добавляют яйцо, перец, соль. Из полученного фарша формуют котлеты, обваливают их в сухарях и обжаривают на сковороде. Котлеты подают с картофелем и молочным соусом (см. № 157).

138. Котлеты из кильки, хамсы или тюльки

1 кг свежей кильки, хамсы или тюльки, 1 луковица, 1 яйцо, 100 г пшеничного хлеба, 1/2 стакана молока или воды, 1–2 столовые ложки муки, перец молотый, жир для жарения, соль.

У рыбок удаляют головки и внутренности, промывают в воде; лук пропускают вместе с рыбой через мясорубку. Измельченную рыбу соединяют с замоченным в молоке или воде хлебом, добавляют соль, перец, перемешивают и снова пропускают через мясорубку, затем добавляют яйцо. Из подготовленной массы разделывают котлеты, обваливают их в муке и жарят.

139. Тефтели из салаки в томатном соусе

1 кг свежей салаки, 100 г пшеничного хлеба, 1/2 стакана воды, 2 столовые ложки муки пшеничной, 3 столовые ложки жира, черный перец молотый, 1–2 стакана томатного соуса, зелень петрушки или укропа, картофель, соль.

Разделанную салаку и размоченный хлеб пропускают через мясорубку, смешивают с поджаренным луком, добавляют соль, перец и разделывают на шарики (по 3–5 штук на порцию), обваливают их в муке и обжаривают. Затем складывают тефтели в сотейник, заливают томатным соусом (см. № 156) и тушат до готовности. Подают с отварным картофелем, посыпав зеленью петрушки или укропом.

140. Фрикадельки из салаки, тушенные с овощами

1 кг свежей салаки, 2 луковицы, 50 г хлеба, 1 яйцо, 1 чайная ложка пшеничной муки, 2 шт. моркови. 1/2 корешка петрушки, сахар, перец черный молотый, лавровый лист, зелень петрушки, соль.

Разделанную салаку дважды пропускают через мясорубку вместе с хлебом и луком, добавляют яйцо, муку, соль, перец черный, немного сахара и хорошо вымешивают. В кастрюлю кладут нарезанные морковь, лук, петрушку, лавровый лист, перец горошком, соль, наливают воду и доводят до кипения. В кипящий бульон опускают фрикадельки из подготовленного фарша и тушат на медленном огне 1–1 1/2 часа. При подаче фрикадельки поливают бульоном с овощами, в котором они тушились, и посыпают зеленью петрушки. В качестве гарнира можно подавать отварной картофель, зеленый горошек, тушеную свеклу, тушеную капусту; тушеную свеклу при подаче к столу можно полить сметаной. Блюдо хорошо подавать на закуску в холодном виде с хреном (рис. 10).

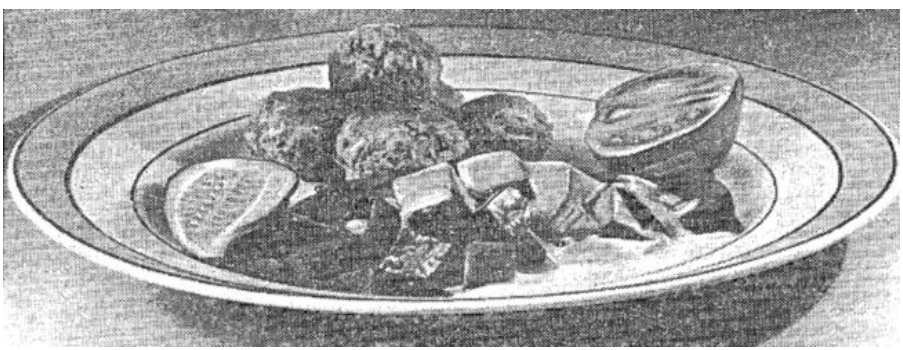


Рис. 10. Фрикадельки из салаки, тушенные с овощами

141. «Фальшивый заяц» из салаки

1 кг свежей салаки, натертый пшеничный хлеб, 1–2 яйца, 1–2 луковицы, перец молотый, лимонная цедра, мука пшеничная, жир для жарения.

Разделанную салаку (мякоть) пропускают через мясорубку, добавляют яичные желтки, рубленый лук, соль, натертую лимонную цедру, перец, натертый пшеничный хлеб в таком количестве, чтобы получилось тесто средней густоты. В конце вымешивания добавляют взбитый белок. Полученную смесь формуют в виде батона «фальшивый заяц», обваливают его в муке и запекают в жарочном шкафу.

142. Хлебцы из салаки

500 г свежей салаки, 4–5 вареных картофелин, 1 луковица, 1 яйцо, Мука, перец молотый, масло растительное для жарения.

Разделанную салаку вместе с вареным картофелем дважды пропускают через мясорубку. Добавляют специи, яйцо и такое количество муки, чтобы получилось вязкое тесто, из которого формуют круглые или продолговатые хлебцы. Хлебцы пекут или жарят в масле.

143. Блинчики с салакой

500 г свежей салаки, жир для жарения. На тесто: 1 яйцо, 1 стакан пшеничной муки, 2 столовые ложки топленого масла, 2 стакана молока, соль.

Салаку разделывают, распластовывают, вынимают хребтовую кость, пересыпают солью и оставляют на некоторое время. После этого насухо обтирают. Приготовляют тесто. На раскаленную и смазанную жиром сковороду наливают немного теста, на каждый блинчик кладут по одной салаке, сверху заливают тестом и ставят на 10 минут в жарочный шкаф. Блюдо можно готовить со свежей, соленой (вымоченной) и сушеной салакой.

144. Блины с копченой салакой

На тесто: 1 яйцо, 2 стакана молока, 1 стакан пшеничной муки. На фарш: 20 шт. копченой салаки, 7 г стакана сливок, 2 столовые ложки топленого масла, тертый сыр, перец молотый, томат-пюре.

Пекут тонкие блины, разрезают их пополам, свертывают в виде воронок, кладут в них по 1 столовой ложке начинки и обжаривают с двух сторон. Для приготовления начинки очищенную копченую салаку растирают в пасту, добавляют к ней сливки, масло, натертый сыр, томат-пюре, перец и все тщательно перемешивают (рис. 11).

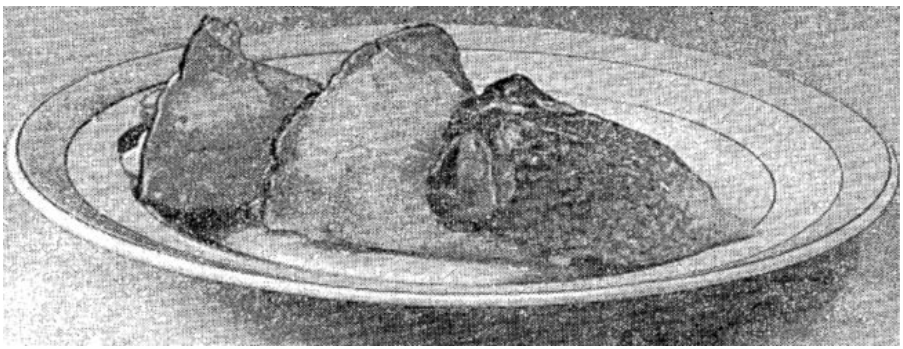


Рис. 11. Блины с копченой салакой

145. Котлеты из сушеной салаки

500 г сушеной салаки, 600 г говядины, 500 г картофеля, 1 столовая ложка сметаны, 1–2 луковицы, 2 яйца, жир для жарения, 1 столовая ложка картофельного крахмала.

Сушеную салаку вымачивают, разделывают и вместе с вареным картофелем, вареным мясом и поджаренным луком пропускают дважды через мясорубку. Затем добавляют взбитые яйца, сметану и картофельную муку. Из фарша формуют котлеты и обжаривают.

146. Котлеты из копченой салаки

20 шт. копченой салаки, 200 г риса или ячневой крупы, перец молотый, 2 яйца, 100 г пшеничного хлеба, жир для жарения, соус с каперсами.

Рис или ячневую крупу отваривают, добавляют 1 1/2 яйца, перец, соль, натертый хлеб; формуют котлеты, в середину которых кладут фарш из очищенной копченой салаки; котлеты смачивают в яйце, обваливают в натертом хлебе и обжаривают; к столу подают с соусом с каперсами (см. № 152).

Соусы и заправки

147. Горчичная заправка

1/4 стакана уксуса, 1–2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка столовой горчицы, 1 чайная ложка сахара.

В горчицу добавляют уксус, сахар, растительное масло и все тщательно перемешивают.

148. Сметанная заправка

1/4 стакана уксуса, 1–2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка столовой горчицы, 1 чайная ложка сахара, 1/4 стакана сметаны, соль по вкусу.

Приготовляют горчичную заправку, как указано выше, и добавляют в нее сметану.

149. Соус майонез

1 яйцо (желток), 100 г растительного масла, 2 столовые ложки уксуса (3 %-ный), имбирь, черный перец, красный перец, лавровый лист, мускатный орех и кориандр молотые, столовая горчица, сахар, соль.

Уксус вместе со специями (за исключением горчицы) доводят до кипения и дают настояться. Яичные желтки стирают с сахаром, солью и горчицей, затем понемногу приливают растительное масло и непрерывно размешивают. После того, как получится густая однородная масса, постепенно добавляют уксус, сцеженный со специй.

150. Соус обыкновенный

1 столовая ложка жира, 1 столовая ложка муки, 1 1/2—2 стакана воды или рыбного бульона, соль.

Муку поджаривают с жиром, разводят горячим рыбным бульоном или водой и варят 10–15 минут, затем добавляют соль по вкусу.

151. Соус белый

2 столовые ложки жира, 1 столовая ложка муки, 1–2 корешка петрушки, 1 корешок сельдерея, 1 луковица, 1 1/2—2 стакана воды или рыбного бульона, лимонная кислота или лимонный сок, соль.

Муку поджаривают с жиром, разводят горячим рыбным бульоном или водой и доводят до кипения. Затем добавляют нарезанную петрушку, сельдерей, слегка обжаренный лук и варят соус 15–20 минут. По окончанию варки соус процеживают, протирают в него овощи, солят, добавляют лимонный сок или лимонную кислоту, доводят до кипения и заправляют жиром.

152. Соус с каперсами

1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка жира, 1 1/2—2 стакана рыбного бульона или воды, 1/2 луковицы, 1 столовая ложка каперсов, сахар, соль, винный уксус.

Лук, муку поджаривают с жиром, разводят горячим рыбным бульоном или водой и варят 10–15 минут, затем добавляют каперсы, сахар, соль, уксус и вновь проваривают 5—10 минут.

153. Соус с петрушкой или укропом

1 столовая ложка жира, 1 столовая ложка муки, 1 1/2—2 стакана рыбного бульона, 3 столовые ложки нарезанной зелени петрушки или укропа, соль.

Муку поджаривают с жиром, разводят горячим рыбным бульоном или водой и варят 10–15 минут, затем добавляют нарезанную зелень петрушки или укроп и варят еще 5— 10 минут.

154. Соус со шпигом

200 г шпига, 2–3 столовые ложки муки, 1–2 луковицы.

Шпиг нарезают кубиками, поджаривают на сковороде или в кастрюле. Затем добавляют нарезанный лук и муку. Когда лук и мука обжарятся, добавляют воду и кипятят соус 10–15 минут. К соусу можно добавить столовую ложку сметаны.

155. Соус горчичный

1 столовая ложка муки, 1 чайная ложка сахара, 1 стакан молока, 1 столовая ложка жира, столовая горчица, вода, I—2 столовые ложки сметаны, соль.

Муку поджаривают с жиром, разводят горячим молоком, кладут сахар, соль и варят 10–15 минут, после чего добавляют немного горчицы, разведенной водой, сметану и варят еще 5—10 минут.

156. Соус томатный

1 столовая ложка жира, 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка томата-пасты, $1^1/_2$—2 стакана рыбного бульона или воды, перец, соль, кислота лимонная или лимонный сок.

Муку поджаривают с жиром, разводят горячим бульоном, добавляют томат-пюре, перец, соль, лимонный сок и варят 10–15 минут.

157. Соус молочный

1 столовая ложка жира, 2 столовые ложки муки, 1 1/2 стакана молока, перец, соль.

Муку поджаривают с жиром, разводят горячим молоком, варят 10–15 минут при слабом кипении, после чего солят и добавляют перец.

158. Соус молочный с луком

2 столовые ложки жира, 1–2 луковицы, 1 1/2—2 стакана молока, 1 1/2—2 столовые ложки муки, соль, перец.

Приготовляют молочный соус (см. № 157). Нарезанный лук слегка обжаривают, приливают немного бульона и варят до готовности, затем лук протирают через сито, добавляют молочный соус, солят и варят 5–7 минут. Для вкуса можно добавить перец и ломтики лимона.

159. Соус сметанный с луком

2 столовые ложки жира, 1 столовая ложка муки 1–2 луковицы, 1 1/2—2 стакана рыбного бульона или воды, ½ стакана сметаны, 1/2 чайной ложки соуса «Южный», соль.

Муку поджаривают с жиром, разводят горячим рыбным бульоном или водой и варят 10–15 минут, затем добавляют слегка поджаренный нашинкованный лук, сметану, соус «Южный» и доводят до кипения.

Заготовка впрок

160. Сушение салаки

Салаку сушат в печи следующим способом. Рыбу разделывают, ополаскивают и держат в насыщенном рассоле несколько часов (когда хотят получить малосольную салаку) или более продолжительное время (если требуется получить салаку крепкосоленую). Вынутую салаку раскладывают на деревянных или проволочных решетках, дают стечь рассолу и помещают в печь. Печь не должна быть слишком жаркой. Сушат салаку 10–15 часов в зависимости от температуры печи. Сушеную салаку следует хранить в коробах в сухом месте. Салаку, хранившуюся в мороженом виде в холодильнике, сушить не рекомендуется.

Из сушеной салаки приготовляют холодные блюда, супы и вторые горячие блюда. Она пригодна для употребления в пищу и непосредственно, без особой обработки.

161. Засолка салаки

Салаку разделывают, быстро ополаскивают в холодной воде и дают воде стечь. Засаливают салаку в деревянной таре (лучше всего в бочатах), которая не пропускает рассола, или в стеклянных банках.

На дно тары первоначально насыпают столько соли, чтобы дно было полностью покрыто ею. Затем укладывают ряд салаки, брюшками кверху и снова насыпают слой соли. После этого укладывают поперек второй ряд рыбы, снова солят и, чередуя таким образом слой соли и ряд рыбы, укладывают всю салаку.

Заполненную тару ставят под гнет в прохладное помещение. Для засолки берут 200–250 г соли на 1 салаки.

Консервы из салаки, кильки, хамсы и тюльки

Салака, килька, хамса и тюлька являются хорошим сырьем для производства консервов разнообразных типов. Все консервы из этих рыбок используются как закусочные продукты, в первую очередь для бутербродов, или подаются к столу без дополнительного гарнира в качестве холодной закуски. Однако из этих консервов можно приготовить немало вкусных и питательных блюд (рис. 12).

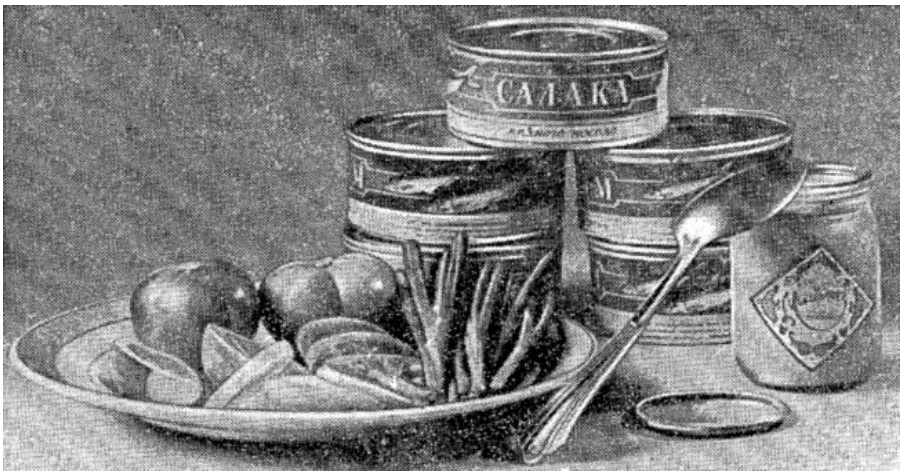


Рис. 12. Из салаки, кильки, хамсы и тюльки выпускаются разнообразные консервы. Их можно использовать не только в качестве закусок, но и для приготовления вкусных питательных блюд

Из салаки промышленность выпускает следующие стерилизованные консервы:

шпроты в масле — широко популярные деликатесные консервы;

копченую салаку (без головы) укладывают рядами в круглые банки, заливают смесью горчичного и подсолнечного масел, герметически закупоривают и стерилизуют;

сардины в масле — подсушенную салаку (без голов) укладывают рядами в прямоугольные банки, заливают растительным маслом (обычно оливковым или арахисовым), герметически закупоривают и стерилизуют;

салака копченая в масле — крупную копченую салаку (без голов) режут на куски, укладывают в круглые банки, заливают

смесью горчичного и подсолнечного масел, герметически закупоривают и стерилизуют; отличается от шпрот в масле большим размером рыбок; выпускается также в овальных банках в виде целых (не разрезанных на куски) рыбок (без голов);

салака в томатном соусе — выпотрошенную и обжаренную салаку (без голов) укладывают рядами в круглые банки, заливают соусом, состоящим из томата-пюре, обжаренного лука, сахара, уксуса, пряностей и соли, герметически закупоривают и стерилизуют.

Из кильки балтийской и кильки каспийской готовят шпроты и сардины в масле по тем же технологическим схемам и рецептурам, как и соответствующие консервы из салаки.

Кроме того, из кильки каспийской приготовляют «Кильку в томатном соусе»: обжаренные рыбки укладывают рядами в круглые банки и заливают томатным соусом. Несколько более дешевые консервы в томате из кильки каспийской готовят по той же рецептуре, но без рядовой укладки рыбок в банки. При изготовлении «Паштета из кильки» обжаренные рыбки перемешивают с томатным соусом и измельчают.

Из хамсы готовят те же четыре типа консервов, как и из каспийской кильки.

Из тюльки готовят «Тюльку в томатном соусе», «Паштет» и «Тюльку копченую в масле». Последний вид консервов отличается от шпрот тем, что рыбки укладываются в банки целиком, не рядами. Паштет из тюльки выпускается обычно в стеклянных банках.

Кроме стерилизованных консервов, не нуждающихся (до вскрытия банки) в хранении в холодильнике, из всех перечисленных рыб выпускаются расфасованные в герметичные банки продукты пряного «килечного» посола, нежные, острые и вкусные. Из килек особенно ценятся «Таллинские» (или «Ревельские») и «Рижские». Своеобразный приятный вкус имеют кильки, изготовленные из осенней жирной хамсы и мясистой каспийской летней кильки. Эти продукты, хотя и упакованы в герметичные жестяные или стеклянные (хамса, каспийская килька и тюлька) банки, но не подвергаются процессу стерилизации (прогреву паром под давлением) и не имеют стойкости при хранении, свойственной консервам. Хранить их следует в в холодном месте.

Перечисленные консервы можно использовать для приготовления разнообразных блюд. «Шпроты в масле» следует использовать для тех блюд, где рекомендуется применение копченой салаки (например, см. рецепты 23, 24, 25, 55, 56, 57, 58, 112, 135, 146). Консервы из рыб указанных видов в томатном

соусе используют в тех случаях, когда целесообразно применить консервы в томатном соусе из частиковой рыбы.

Из консервов в томатном соусе можно приготовить овощной, картофельный суп, рассольник, щи из квашеной капусты. Для этого нужно сварить на воде (без рыбы) овощной суп, положить в этот суп консервы в томатном соусе из салаки, кильки, хамсы или тюльки и дать после этого супу прокипеть. На одну банку консервов (350 г нетто—1 1/2—2 л воды, 500–600 г овощей и 1 столовую ложку масла («Книга о вкусной и здоровой пище», стр. 100). Хорошо также подать консервы в томатном соусе с горячим отварным картофелем и нарубленным зеленым луком, зеленью петрушки, укропом, солеными или свежими огурцами.

Паштет из кильки или тюльки можно использовать как начинку для пирожков и пельменей; для этого необходимо увеличить объем и густоту паштета путем смешивания его с отварным тщательно размятым картофелем (на одну банку консервов — 3–4 картофелины среднего размера). В начинку хорошо добавить жареный лук, соль и перец (по вкусу). Для пирожков вместо картофеля можно использовать отварной рис (примерно, 1 стакан на 1 банку консервированного паштета).

Из паштета можно приготовить также различные запеканки; с картофелем, капустой, рисом.

Запеканка с картофелем

На 1 банку паштета 3–4 картофелины среднего размера, 2 луковицы, 1 яйцо, 1 стакан молока, 1 столовая ложка масла, 1 лавровый лист, перец и соль по вкусу.

Варят картофель в небольшом количестве воды, нарезают и обжаривают лук, разминают отварной картофель, смешивают его с жареным луком, яйцом и паштетом; размешивают все до однородной массы; смазывают сковороду маслом, выкладывают на нее заготовленную массу и запекают в жарочном шкафу.

Запеканка с капустой

На 1 банку паштета 300–400 г нашинкованной свежей капусты, 2 луковицы, 1 столовая ложка масла, лавровый лист, перец и соль по вкусу.

Мелко нарезают капусту и лук, добавляют масло, лавровый лист, перец и соль, укладывают в кастрюлю, тушат на слабом огне минут 10–15; по готовности добавляют паштет, хорошо

размешивают, выкладывают на смазанную маслом сковороду и ставят в жарочный шкаф, сначала в верхнее, затем в нижнее отделение и запекают до готовности. Подают в горячем виде.

Справочные сведения

Сравнение меры и веса некоторых продуктов

Наименование продукта	Вес в г			
	стакан 250 см³	столовая ложка	чайная ложка	1 шт.
Мука пшеничная	160	25	10	—
Мука картофельная	200	30	10	—
Сухари молотые	125	15	5	—
Крупа ячневая	180	20	—	—
Рис	230	25	—	—
Масло животное растопленное	245	20	5	—
Масло растительное	240	20	5	—
Молоко цельное	250	20	—	—
Сметана	250	25	10	—
Сахарный песок	200	25	10	—
Желатин в порошке	—	15	5	—
Уксус	250	15	5	—
Соль столовая	325	30	10	—
Морковь средняя	—	—	—	75
Картофель средний	—	—	—	100
Лук средний	—	—	—	75
Томат-паста	—	25	8	—
Петрушка	—	—	—	50
Огурец средний	—	—	—	100

Температура жарочного шкафа:

Очень слабый нагрев — 95-120°
Слабый нагрев — 120–160°
Средний нагрев — 160–200°
Значительный нагрев — 200–235°
Очень сильный нагрев — 235–270°